અવધૂત પ્રસાદી

વિમલા ઠકાર





અવધૂત પ્રસાદી

[નારેશ્વર ધ્યાનશિબિરનાં પ્રવચનો]

વિમલા ઠકાર



યજ્ઞ પ્રકાશન
ભૂમિપુત્ર, હુઝરાતપાગા, વડોદરા ૩૯૦ ૦૦૧

૧૧ રૂપિયા

પ્રથમ આવૃત્તિ

પ્રત ૩૦૦૦ : ઑગસ્ટ ૧૯૮૧

મુખપૃષ્ઠ : વિનય ત્રિવેદી

યજ્ઞ પ્રકાશન વતી જગદીશ શાહે
યજ્ઞ મુદ્રિકા હુઝરાતપાગા વડોદરા-૧થી છાપીને પ્રગટ કર્યું

પ્ર કા શ કી ય

તા. ૧ થી ૫ ફેબ્રુઆરી ૧૯૮૧ દરમિયાન નર્મદાકાંઠે શ્રી રંગ અવધૂતજીના સ્થાન નારેશ્વર મુકામે ૧૦૮ જેટલા મુમુક્ષુ સાધકો સમક્ષ પૂજ્ય વિમલા તાઈએ કરેલાં પ્રવચનોનો આ સંગ્રહ છે. શિબિર દરમિયાન ત્રણ વખત ધ્યાન, સવારે પ્રાર્થના-પ્રવચન અને બપોરે પ્રશ્નોત્તરી થતાં. આ પ્રવચનોને પુસ્તકરૂપે છપાવવાની દરખાસ્ત પૂ. તાઈ સમક્ષ રજૂ કરાતાં તાઈ બોલી ઊઠ્યાં : " આ તો અવધૂત પ્રસાદી છે, એને જરૂર વહેંચો. આ સ્થાનની પ્રશાન્તતા, વાતાવરણની પ્રસન્નતાં અવર્ણનીય છે. અહીંની માટીના કણેકણમાં તપનું બળ ભર્યું પડ્યું છે. જેમ આંબાની કેરીમાં મધુર રસ ભરેલો હોય છે તેમ આ ભૂમિમાં રંગ અવધૂતજીનું તપ એકરસ બની ગયું છે. આજ સુધીની શિબિરોમાં મેં ઘણું કહ્યું છે પરંતુ આ શિબિરમાં જે કાંઈ કહેવાયું છે તેમાં એમની પ્રેરણા છે."

આમ, પુસ્તકનું નામ પણ નક્કી થઈ ગયું અને પુસ્તકની મહત્તા પણ પ્રસ્થાપિત થઈ ગઈ. સાધક શ્રોતાઓમાં મુખ્યત્વે, સર્વોદય મંડળ, થિયોસોફિકલ સોસાયટી, શ્રી અરવિંદ મંડળ, નારાયણ મંડળ અને રંગ અવધૂતના ભક્તો હતા. શિબિર યોજવામાં શ્રી મણિભાઈ મ. દેસાઈની પ્રેરણા અને વ્યવસ્થામાં શ્રી જયંતિભાઈ આચાર્યની સદ્‌ભાવના ઉપયોગી બન્યાં છે.

ટેપ પરથી પ્રવચનોને કાગળમાં ઉતારવાની જહેમત થિયોસોફિકલ સોસાયટીના શ્રી વિનોદ પંચાલે કરી અને હિંદી પરથી ગુજરાતીનું ભાષાન્તર શ્રી મીરાંબહેન ભટ્ટે કર્યું. અનુવાદ કરવાનું સદ્‌ભાગ્ય પોતાને મળ્યું તે બદલ હર્ષ વ્યક્ત કરતાં મીરાંબહેન લખે છે : "સમગ્ર ક્રાંતિના પાયામાં રહેલા મનુષ્યને એક પૂર્ણ માનવ બનાવવા તરફનો અંગુલિનિર્દેશ આ પ્રવચનોમાં જોવા મળે છે. પ્રવચનોમાં આધ્યાત્મિક ચઢાણ તથા સામાજિક ક્રાંતિની તમન્ના વણાયેલી છે જે વર્તમાન યુગના પ્રશ્નો માટે તારક રૂપ છે. બન્ને પ્રકારના સાધકો માટે આ અનુવાદ દીવાદાંડીની ગરજ સારશે."

અનુવાદની પાંડુલિપિ આબૂ ખાતે વીસેક કલાકનો શ્રમ લઈ શ્રી જયંતભાઈ શાસ્ત્રીએ પૂ. તાઈને વાંચી સંભળાવી. પૂ. તાઈએ આટલો સમય ફાળવ્યો, ક્યાંક સુધારાવધારા પણ સૂચવ્યા અને પ્રસન્નતાપૂર્વક કહ્યું કે 'સરળ ભાષામાં મૂળભાવ પ્રગટ કરે તેવો અનુવાદ થયો છે.' આમ, શિબિર અને પ્રકાશન વચ્ચે ખાસ્સો સમય અને કાળજી લેવાયાં છે.

આ શિબિર અને આ પુસ્તક પ્રકાશન બધાંમાં કેન્દ્ર સ્થાને કોઈ એક વ્યક્તિ રહી હોય તો તે છે સર્વોદય મંડળના શ્રી કાંતિભાઈ હિંમતલાલ શાહ. પૂ. તાઈને આમંત્રવા સ્થાનિક સંસ્થાઓનો સમન્વય કરી સાધકો પસંદ કરવા, સ્થાન પસંદ કરવું, શિબિરની ઉત્તમ વ્યવસ્થા કરવી, પ્રવચનો ટેપ કરાવવાં-ઉતરાવવાં-અનુવાદ

કરાવવો, આબૂ જઈ વાંચી સંભળાવી પ્રકાશન માટે નાણાંની અને પુસ્તકના ગ્રાહકોની પણ જોગવાઈ કરી આપવામાં અનેકોનો સાથ સહકાર લઈ કેન્દ્રસ્થાને રહી પૂ. તાઈ પ્રત્યેની ભક્તિ અને સાધક-વૃત્તિથી તેમણે આ કામ પાર પાડ્યું છે. મુદ્રિકાના શ્રી જયેન્દ્રભાઈ ભટ્ટે માત્ર એક પ્રૂફરીડર તરીકે જ નહીં પણ એક જિજ્ઞાસુ સાધક તરીકે પાંડુલિપિમાં જ્યાં જ્યાં ક્યાંક ખૂટતું લાગ્યું તો મૂળ હિંદી જોઈને તથા ટેપ સાંભળીને બધું સમુસૂતરું કર્યું. તે પણ તેટલા યશના અધિકારી છે.

પુસ્તકનાં પાનાં ગણતરી કરતાં ઓછાં થતાં પાછળથી આબૂ ખાતેનાં તાઈનાં પ્રવચનો જોડવામાં આવ્યાં છે. વાચક જોશે કે તેમ કરવાથી સુંદર સંકલન જ થયું છે.

શિબિરનું આમંત્રણ સ્વીકારતાં તાઈએ કહેલું : "માત્ર પ્રવચનો કરવામાં રસ નથી. અધ્યાત્મની ભૂખ હોય તેવા જિજ્ઞાસુ સાધકોનો શિબિર કરો તો આવવા વિચાર કરું." પુસ્તકના વાચકો પૂ. તાઈની શ્રોતાઓ પાસેની આ અપેક્ષા પૂરી પાડશે એ જ અભ્યર્થના.

મારી વિમલ આત્મજા

ચિ. વિમલ અંગે આજ સુધી મેં જે કાંઈ લખ્યું છે તે કેવળ એના પરિચય પૂરતું જ લખ્યું છે. એને માટેની મારી જે ભાવના છે એને મેં આજ સુધી ક્યારેય લખીને પ્રગટ નથી કરી. એને સંબોધીને લખાયેલા મારા પત્રોમાં એનો થોડોક આભાસ મળી શકે એમ છે. એ પત્રોમાંથી કેટલોક અંશ પ્રગટ થયો છે, જેનું વિમલે જ સંપાદન કર્યું છે. વિમલ અંગેની મારી ભૂમિકા કેવળ એક સાધારણ વૃક્ષ જેવી રહી છે. એની પારમાર્થિક સાધના-માં એક એવી અવધિ આવી, જ્યારે એને થોડા ઘણા આશ્રયની જરૂર ઊભી થઈ. આશ્રય એટલે કે એક છાપરું માત્ર! થોડાક છાંયડાની જરૂર! છાંયડો મળી રહે, પણ વળી એને કારણે અજ-વાળામાં વાંધો ન આવે તેવો છાંયડો! જેવી રીતે કોઈક વટેમાર્ગુ વરસાદ કે તડકામાંથી બચવા માટે થોડી વાર પૂરતો કોઈ ઝાડનો આશરો શોધી લે છે. બસ, આથી વિશેષ મારી કોઈ ભૂમિકા રહી નથી. ઠેઠ નાનપણથી એના જીવનની અદમ્ય પ્રેરણા ઈશ્વર-શોધની રહી છે. જાણે એ શોધનો નશો જ એને ચઢ્યો ના હોય! આમ તો સાધારણ છોકરીઓની જેમ એણે શિક્ષણ મેળવ્યું, પરંતુ એને પેલી ચેતના ચેન પડવા દેતી નહોતી. સ્પિનોઝા માટે સંભળાય છે કે એના પર ઈશ્વરનો નશો છવાયેલો રહેતો હતો. તે

God–intoxicated હતો. વિમલની સ્થિતિ પણ કાંઈક આવી જ રહી.

પણ મારા માટે તો આ બધું એકદમ અજાણ્યું અને અવનવું હતું. હું થોડો વિમાસણમાં પડી ગયો. થોડોક મૂંઝાઈ–ગભરાઈ પણ ગયો. વિમલ મંડલાના પ્રસિદ્ધ યોગી શ્રી સીતારામ મહારાજ પાસે નર્મદા કાંઠે રહી ચૂકી હતી. ત્યાં એણે યોગાભ્યાસ કર્યો. રાષ્ટ્ર-સંત તુકડોજી મહારાજ સાથે રહીને સામુદાયિક ભજનોનો અલખ એ જગાવી ચૂકી હતી. મારા પોતાના જીવનમાં તો કોઈ પણ પ્રકારની સાધના કદી રહી નથી. એટલે મને તો ભારે સંકોચ થયો. સાધના દરમ્યાન એની સ્થિતિમાં જે ફેરફારો થતા હતા તે મારી સમજ બહારના હતા. હું તો ભારે અચંબામાં પડી જઈ સ્તબ્ધ થઈ જતો હતો. પરંતુ એના વ્યવહારમાં જે સ્વાભાવિક નિર્દોષતા, વિશ્રબ્ધતા અને પ્રાંજલતા હતી એને કારણે મારા ભય તથા સંકોચ દૂર થઈ ગયા. એની અવસ્થા હું સમજી શકતો ન હતો, પરંતુ એનો વ્યવહાર મારા માટે મધુર અને શિક્ષણપ્રદ હતો. જે વ્યક્તિ પિતાનું અશુભથી પરિત્રાણ કરે છે તેને 'પુત્ર' કહે છે. મારી આત્મજા બનીને વિમલે મારા માટે કાંઈક આવું જ કર્યું. મારા જીવનમાં એ મારી તીર્થરૂપ મા અને જગદંબાના વરદાનરૂપે આવી. પંડિત જગન્નાથ માટે ગંગાજી એકેક પગથિયું ઉપર ચઢી, પરંતુ મારા જીવનમાં તો જાણે ગંગાજીની પાવનધારા સાવ અણધારી રીતે ઊતરી આવી. મેં મારી દાદીમા, મા, માસી, કાકી, ફોઈ તથા બહેનોનાં જે જીવન જોયાં હતાં એને કારણે મારા ચિત્તમાં સ્ત્રીઓ માટે અજાણતાં જ એક પક્ષપાત પેદા થઈ ગયો હતો. એને માટે હંમેશા એક પ્રકારનો કોમળ ભાવ મારા હૃદયમાં રહેતો હતો, પરંતુ ક્યાંક કોઈક ખૂણેખાંચરે પણ સ્ત્રી માટેનો વિષયભાવ કે વિકાર છુપાયેલો રહેતો હતો, તે વિમલને કારણે

ખૂબ નબળો પડી ગયો. મારા એક મિત્ર ચિત્રપટ વ્યવસાયમાં પ્રસિદ્ધ નિર્માતા છે. છત્રપતિ શિવાજી મહારાજના એ પરમ ભક્ત છે. ભારે ચારિત્ર્યવાન તથા નિર્વ્યસની છે. એમના ચારિત્ર્યની ધાક આખા મહારાષ્ટ્રમાં ફેલાયેલી છે. એમનું નામ છે ભાલજી પેંઢારકર. તેઓ મારા ઘનિષ્ટ મિત્ર છે. એક વખતે એ મને કહે, "હું તો છેવટે રહ્યો સિનેમાવાળો, મારા જીવનમાં ભાતભાતની સ્ત્રીઓ આવી પરંતુ વિમલાતાઈ જેવી પવિત્ર સ્ત્રી આ પહેલાં કદી જોઈ નહોતી. એમને જાણે વિકારનો સ્પર્શ જ થયો નથી. જે સ્ત્રીને કામવાસનાનો સ્પર્શ જ ના થયો હોય અને છતાંય એ સ્વસ્થ હોય એવી સ્ત્રી મેં જિન્દગીમાં પહેલવહેલી વાર વિમલના રૂપે જોઈ."

મેં વિમલને પૂછ્યું, "શું તેં બ્રહ્મચર્યનો સંકલ્પ લીધો છે?" તો એણે કહ્યું, "સંકલ્પ? શાને માટે? શું બ્રહ્મચર્ય માટે વળી સંકલ્પની જરૂર હોય છે? મારામાં તો બ્રહ્મચર્યની પણ કોઈ આકાંક્ષા પેદા નથી થઈ." બ્રહ્મચર્ય કોઈ વ્રત હોય છે એ એણે સાંભળ્યું હતું જરૂર, પરંતુ એના ચિત્તમાં એનો બોધ નહોતો. આટલી બાલસુલભ નિરાગસતા મેં એનામાં જોઈ. જ્યારે એ મારી પાસે આવી ત્યારે હું લગભગ પચાસ વર્ષનો હતો. અને વિમલ મારી દીકરીની ઉંમરની હતી. મારી દીકરી ઉષા મારું પ્રથમ સંતાન છે. એ તરુણાઈમાં પણ એનું ચિત્ત કામવિકારથી સર્વથા મુક્ત હતું.

મેં મારા જીવનમાં આવો એક પુરુષ પણ દીઠો. સાવ અનોખો! જોસેફ કુમારપ્પાના નાના ભાઈ–ભારતન્ કુમારપ્પા. એમનાં તો લગ્ન પણ થઈ ગયાં હતાં. પત્ની એમની પરેશાન હતી કે પોતાનો પતિ છેવટે પુરુષ છે કે નહીં! ભારતન્જીએ કહ્યું, "મને શી ખબર પડે?" ડૉક્ટરોની તપાસમાં પણ તેઓ સ્વસ્થ પુરુષ સિદ્ધ થયા, પરંતુ કામ-વાસનાથી મુક્ત! બીજો કોઈ દાખલો

મારી જાણમાં નથી. આ ઉલ્લેખ એટલા માટે કર્યો કે સ્ત્રી અને પુરુષમાં આવી કેટલીક અસામાન્ય સ્વસ્થ વ્યક્તિ અપવાદરૂપે હોઈ શકે છે. આ દૃષ્ટિએ વિમલે મારા ચિત્તને પરિમાર્જિત અને પરિષ્કૃત કર્યું. ખૂબ ધોયું એણે મારા ચિત્તને. એને કારણે એના પછી પણ કેટલીક તરુણીઓ આત્મજારૂપે મારા જીવનમાં આવી. કાકાસાહેબે નદીઓને 'લોકમાતા' કહી છે. આ કન્યાઓનાં હૃદયમાં માતા અને કન્યાની અસીમ વત્સલતા રહી. વિમલ આવતાં પહેલાં અને એના આવ્યા પછી પણ કેટલાક આત્મજ પુત્ર મારા જીવનમાં આવ્યા. આ સૌએ મને શુદ્ધ કર્યો—સિંધુ, બ્રહ્મપુત્ર નદની જેમ અને નર્મદા, કાવેરી, ગોદાવરી વગેરે સુરસરિતાઓની જેમ! એ બધાંયનાં નામનો નિર્દેશ અહીં અપ્રસ્તુત છે. કહેવું આટલું જ છે કે આ બધાંને કારણે મારા કુટુંબની કોઈ ચાર દીવાલો ના રહી. લોહી તથા યૌનસંબંધને લાંઘીને એની સીમા વિશદ અને વ્યાપક બની ગઈ. એટલા માટે તો મેં કહ્યું કે આ આત્મજા તથા આત્મજોએ મારો ઉદ્ધાર કર્યો. એમની પાસેથી મેં અખૂટ વૈભવ મેળવ્યો! મારી પાસેથી એમને કાંઈ મળ્યું કે નહીં, ભગવાન જાણે!

આ બધાંયનું મારા જીવનમાં પોતપોતાનું એક આગવું અને અદ્વિતિય સ્થાન છે. પરંતુ વિમલની વાત તો કાંઈક ઓર જ છે. લાખો લોકોની સભામાં એ આત્મવિભોર થઈને ભજન ગાતી હતી. એક દિવસે મેં એને પૂછ્યું, "તું પ્રાર્થના કરે છે?" તો એ બોલી, "દાદા, પ્રાર્થના કરાય કે થાય! પ્રાર્થના પણ વળી કરી શકાય ખરી કે? કોઈ પ્રસંગ નિમિત્તે સભાઓમાં ભજન ગાવાની કે પ્રાર્થના કરવાની એક વિધિ હોય છે ખરી, બાકી પ્રાર્થના તો હમેશા થતી જ રહે છે." મારા માટે આ બધી વસ્તુઓ અપૂર્વ હતી. જે સ્તરે એ જીવે છે ત્યાં મારી તો કોઈ પહોંચ નથી. મારા માટે એનો પ્રેમ નિરૂપાધિક અને નિરપેક્ષ છે. મારો

પણ એના માટેનો પ્રેમ અકૃત્રિમ અને નિર્વ્યાજ છે. નિરપેક્ષ છે કે નહીં, તે તો ભગવાન જાણે! જ્યાં સુધી મને ખબર પડે છે ત્યાં સુધી તો એને માટે કોઈ પણ જાતની અપેક્ષા નથી. આ સંબંધ આટલો ઘનિષ્ટ અને પવિત્ર રહ્યો છે.

એક વખતે એક વડીલ નેતાની જન્મગાંઠ નિમિત્તે મેં વિમલને એક ભજન ગાવાનું કહ્યું. ભજન તો હમેશા એ તલ્લીન થઈને જ ગાતી હતી. જાણે એમાં એ ખોવાઈ જતી ના હોય! તે દિવસે થોડી વાર પછી મારી છાતી પર માથું રાખીને ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડવા માંડી. મેં કારણ પૂછ્યું તો કહેવા લાગી, "શું એવો દિવસ પણ આવશે જ્યારે મીરાંની જેમ મારી અંદરથી જ ભજનો ફૂટશે? મને આશીર્વાદ આપો!" અને સાચે જ કૃષ્ણમૂર્તિ સાથેના સંપર્ક પછી એનું અંતરંગ ખૂલી ગયું. અને એની અંદરથી અંગ્રેજી, હિન્દી, મરાઠી અને ઉર્દૂ આધ્યાત્મિક કવિતાઓની ધારા ફૂટી નીકળી, જેમાં સંગીતની માધુરી સાથે પ્રસાદગુણ પણ હતો.

વિમલ સ્વામી સીતારામ, સંત તુકડોજી મહારાજ, તથા બીજા સંતો તથા મનીષીઓ સાથે રહી, પરંતુ પોતાના જીવનમાં ક્યાંક એને અપૂર્ણતાનો અનુભવ થતો રહેતો હશે. આપણી પરંપરામાં આધ્યાત્મિક સાધકો મોટે ભાગે આસક્તિની બીકે પ્રેમપરાઙ્મુખ થઈ જાય છે. અને વૈરાગ્યના આવેશમાં જીવનવિમુખ થઈ જાય છે. આ ચીજ વિમલને ખટકતી રહી. આ દરમ્યાન વિનોબાનું ભૂદાનયજ્ઞ આંદોલન આવ્યું. ગુજરાતમાં મારી સાથે એ તટસ્થ નિરીક્ષક રૂપે એ ફરતી રહી. એક દિવસે નંદરબારની સભામાં પોતાના જૂના સાથીઓના આગ્રહને કારણે એને બોલવું પડ્યું. સહસા એ બોલી ઊઠી, "ભૂદાનના કાર્યને તમે ઈશ્વરનું કાર્ય સમજો. નહીંતર હું આમાં ક્યાંથી જોડાત? આ મારી સાધનામાં પૂરક થશે." આ રીતે એના જીવનમાં વિનોબાનો પણ પ્રવેશ થયો. આ જ રીતે

પ્રભાવતીજી અને જયપ્રકાશ જેવા કેટલાય પુણ્યપુરુષ અને વિભૂતિઓના સમાગમમાં એ આવી, પરંતુ એનો સહનિવાસ તો મારી સાથે હતો. એનો આત્મા પરમાત્મા સાથે સાયુજ્ય સાધવા તલસી રહ્યો હતો. મારી તાકાતની બહારની ચીજ હતી એ. પરંતુ જ્યાં ઉત્કટતા હોય છે, ત્યાં એની પૂર્તિનો સુયોગ પણ આવી જ મળે છે. કૃષ્ણમૂર્તિ સાથે વિમલની ઘનિષ્ટતા થઈ. એના હૃદય તથા જીવનમાં એક નવો ઉજાશ પથરાયો. જીવન જ શ્રેષ્ઠ પારમાર્થિક મૂલ્ય છે, જીવન જ પરમાત્મા છે, પરબ્રહ્મ છે— આવી એક નવી પ્રતીતિ એને થઈ. અને ત્યારથી ભારત, યુરોપ અને અમેરિકાના પુરાણા દાર્શનિકોનાં દર્શનો પર જાણે એણે કૃષ્ણમૂર્તિનો કળશ ચઢાવ્યો. ઉપનિષદ, બ્રહ્મસૂત્ર, ગીતાની પ્રસ્થાનત્રયી તથા બીજા પ્રાચીન ગ્રંથોનું અધ્યયન તો એણે કર્યું જ હતું. યુરોપ, અમેરિકાના તત્ત્વજ્ઞાનીઓની રચનાઓ પણ એણે વાંચી હતી. કૃષ્ણમૂર્તિ સાથેના પરિચય પછી એની પોતાની પ્રતિભા અને સ્વયંપ્રજ્ઞા પ્રગટ થવા લાગી. કૃષ્ણમૂર્તિએ એને પૂછ્યું હતું, " Why don't you explode ?—તારો વિસ્ફોટ કેમ નથી થતો ? "—તો તે થયો. જ્ઞાનેશ્વરી પરનાં એનાં પ્રવચનો અદ્ભુત થાય છે. બૌદ્ધ, જૈન વગેરે દર્શનોનું પણ એણે ભક્તિપૂર્વક અધ્યયન કર્યું છે. શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર એને ખૂબ પ્રિય છે. તદુપરાંત કાશીના દક્ષિણપંથી તંત્રશાસ્ત્રજ્ઞ ગોપીનાથ કવિરાજ જેવા મનીષી સાથે પણ એનો નિકટ સંપર્ક થયો. ગોપીનાથ કવિરાજ પર એનો ખાસ્સો પ્રભાવ પણ પડ્યો.

શ્રી તુકડોજી મહારાજ, વિનોબાજી, સાને ગુરુજી, અને જે૦પી૦ જેવા લોકનિષ્ઠ મહાનુભાવોના સત્સંગને કારણે વિમલના ચિત્ત પર લોકનિષ્ઠાના ઊંડા સંસ્કારો પડ્યા. હમણાં હમણાં થોડા દિવસોથી એણે લોક-સત્સંગ-યાત્રાનું અનુષ્ઠાન શરૂ કર્યું છે. આ એની

સાધનાનું જ એક અંગ છે. એનાં અંગ્રેજી અને હિન્દી પ્રવચનોમાં જે વિવેચન હોય છે, તે જેટલું સુબોધ હોય છે તેટલું જ ઉદ્‌બોધક અને શ્રુતિમનોહર છે. બંને ભાષાઓ પરની એની પકડ વિલક્ષણ છે. મને એનાં અધ્યાત્મ અંગેનાં અંગ્રેજી પ્રવચનો વિશેષ ખેંચે છે. તેમાં ઓજ, સ્ફૂર્તિ અને પ્રત્યુત્પાદક શક્તિ હોય છે.

આ રીતે જીવન જ એના માટે સૌથી મોટું પારમાર્થિક મૂલ્ય બની ગયું. કૃષ્ણમૂર્તિ, ભગવાન રજનીશ, મહર્ષિ શ્રી અરવિન્દ, રમણ મહર્ષિ, ચિન્મયાનંદ, મહેશ યોગી વગેરે અનેક આધ્યાત્મિક વ્યક્તિઓની ધ્યાનપ્રણાલીઓ પ્રચલિત છે. વિમલ હવે પોતે જ એક વિશિષ્ટ આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ મનાય છે. એના પોતાના પણ ધ્યાનશિબિર થાય છે. આ વિષયમાં એનાં પોતાનાં પુસ્તકો પણ છે. આધુનિક મનોવિજ્ઞાનમાં જે પ્રગતિ થઈ છે તેની અનેક શાખાઓ સાથે વિમલનો પરિચય છે. યુરોપ, અમેરિકા વગેરે દેશોમાં દર વર્ષે પ્રવાસ કરીને એણે મનોવિશ્લેષણશાસ્ત્રના પ્રકાશમાં અનેક પ્રવચનો પણ કર્યાં છે. આમ, પરમાર્થના ક્ષેત્રમાં એનું પોતાનું એક આગવું સ્થાન બની ગયું છે. એનો મને પોતાને ન કાંઈ પરિચય છે, ન એ બાબતની મારામાં કોઈ આકાંક્ષા છે. પરંતુ પ્રેમને કારણે જે એક વિશ્રબ્ધ વિશ્વાસ પેદા થાય છે તેવો એક વિશ્વાસ મારા ચિત્તમાં વિમલ માટે છે. બીજી આત્મજાઓની માફક મેં એને વિશ્વની માતૃશક્તિની પ્રતિનિધિ માની છે. આ અર્થમાં મારા માટે એ શ્રદ્ધેય અને પ્રણમ્ય છે. મારાં શ્રદ્ધેય આત્મજ અને આત્મજાઓ મારા નમસ્કારના અધિકારી છે. એમનાં સ્મરણથી મારું ચિત્ત પરિશુદ્ધ થાય છે. એમના પિતા કહેવડાવવામાં હું મને પોતાને મહામહિમાન્વિત માનું છું. ચિ. મીરાના નિમિત્તે આ પ્રસંગે પણ એ સ્મરણ થયું. इत्यलम् । शेषम् मौनेन पूरयेत् ।

૧-૪-૧૯૮૧

દાદા ધર્માધિકારી

અનુક્રમ







વ્યાખ્યાન પહેલું

સ્વશિક્ષણ સાધના

'अर्थित्वम् एव अधिकारः।' કોઈ પણ ચીજને માટે હૃદયમાં ઇચ્છા જાગી ઊઠવી એ અધિકારનો પ્રારંભ છે. ધ્યાનને જાણવાની, જાણ્યા પછી એને જીવવાની પ્રામાણિક ઇચ્છા જેના હૃદયમાં છે તે ધ્યાનાર્થી વ્યક્તિ ધ્યાનનો અધિકારી બની જાય છે. આ છે મારી સૌથી પહેલી વાત. એને તમે થોડું ગંભીરતાપૂર્વક વાગોળજો.

ધ્યાનાર્થી=જ્ઞાનાર્થી+જીવનાર્થી

કેવળ જાણી લેવા માત્રથી જીવનમાં પરિવર્તન નથી આવતું. આપણે જે કંઈ જાણ્યું, તેને જીવવું પડે છે. જીવનની સફળતા, કૃતાર્થતા, ધન્યતા, જીવનનું તેજ અને ઓજસ કેવળ બુદ્ધિપૂર્વક તત્ત્વને જાણી લેવામાં નહીં; પણ સઘળી ઇંદ્રિયો સમેત એ તત્ત્વને જીવવામાં છે. ધ્યાનાર્થી વ્યક્તિ જ્ઞાનાર્થી પણ હશે, સાથે સાથે જીવનાર્થી

પણ હશે. એ જાણવા પણ ઇચ્છશે, સાથોસાથ જીવવા પણ ઝંખશે.

હૃદયને આત્મવિશ્વાસથી ભરી દો

તમારા સૌમાં ધ્યાન માટેની યોગ્યતા છે, પાત્રતા છે એવો આત્મવિશ્વાસ તમારા અંતરમાં જાગવો જોઈએ. પહેલેથી જ જો ગાંઠ વળી ગઈ હોય કે ધ્યાન તો ભારે અઘરી ચીજ, આપણા ખરની એ વાત નહીં, આપણું એ ગજું નહીં; આવી લઘુતાગ્રંથિ મનમાં ગંઠાઈ જશે તો આત્મવિશ્વાસને માથું ઊંચકતાં અઘરું પડશે. શરીરમાંનાં નિષેધાત્મક તત્ત્વોને ઝાઝી મચક આપવી ના જોઈએ. આપણા શરીરમાં વિધાયક, સર્જનશીલ શક્તિઓનો ભંડાર છુપાયેલો પડ્યો છે. એ બધી શક્તિઓને વહેતી કરી મૂકવાની છે. એટલે તમને સૌને કહેવા માંગું છું કે તમારામાંની એકેએક વ્યક્તિ ધ્યાનની અધિકારી છે, જેમને જીવવાની લગન છે. હવે આ અધિકારને પણ ભોગવવો હોય તો એને માટે પૂર્વતૈયારી કરવી પડે. રસોઈ કરવી હોય તો તેને માટેનો સરસામાન એકઠો કરવો પડે છે ને ? તો અધ્યાત્મમય જીવન જીવવા માટે પણ સામાન ભેગો કરવાનો છે. અધિકાર પ્રાપ્ત કરતાં પહેલાં વિશ્વાસ અને ત્યાર બાદ ધ્યાનને જીવવાની પૂર્વતૈયારી. કેવી છે આ પૂર્વતૈયારી ?

પૂર્વતૈયારીની સાધનસામગ્રી

ત્રણ પ્રકારની પૂર્વતૈયારી કરવી પડશે. માનવમાં પશુતા છે તો તે કેટલી છે ? કયા સ્તરે માણસ પશુવત્ છે ? ક્યાં ક્યાં પશુતા પડેલી છે. પશુતાના સ્વરૂપને પિછાણવું એ પૂર્વતૈયારીનું મહત્ત્વનું અંગ છે. સૃષ્ટિમાં પણ પાષાણ છે,

વનસ્પતિ તત્ત્વ છે. આ બંનેમાં રહેલાં કેટલાંક દ્રવ્યો માણસમાં પણ છે. પણ પાષાણ અને વનસ્પતિને છોડો, પશુતા આપણામાં કેટલી છે એને આપણે સમજી લઈએ.

પશુ અને માનવમાં સામ્ય તથા ભેદ

પશુ પાસે કાયા છે. આપણને પણ કાયા મળી છે. બંને પાસે પંચમહાભૂતોનો બનેલો દેહ છે. ત્યાં પણ ક્ષુધા છે, તૃષા છે, નિદ્રા છે, મૈથુન છે; અહીં પણ એ બધું જ છે. ભૂખ, તરસ, ઊંઘ અને કામવાસનાના આવેગ-સંવેગ એ પશુ-પંખી અને થોડાક વધુ આગળ ચાલીએ તો વનસ્પતિ સૃષ્ટિ સાથેનાં પણ સામાન્ય ઘટક છે. આ આવેગાત્મક વિકારો છે, impulses છે, જે અન્ય સૃષ્ટિની જેમ માણસમાં પણ હાજરાહજૂર છે; એનો નિષેધ થઈ શકે તેમ નથી. ન તો એનું દમન કરવું ઠીક છે, ન તો પૂજા. આ વિકારોની પૂજા તો હરગિજ ન હોઈ શકે. એ કોઈ પૂજ્ય તત્ત્વ નથી, તેમ જ નિષેધાર્હ પણ નથી. એને ભોગવવાથી જે કંઈ પરિણામો આવે છે તે આપણે સમજી લેવાં જોઈએ.

आहार निद्रा भय मैथुनं च......આપણે આ બધાંને સમજી લેવાં જોઈએ. આપણને જે ભૂખ લાગે છે તે એક સામાન્ય વિકાર છે. ઊંઘ આવે છે તો તે એક ચિત્તની વૃત્તિ છે. જેને આપણે sex urge—જાતીય ભૂખ કહીએ છીએ તે પણ એક વિકાર છે. આ બધી સંવેદનાઓ માણસનો 'स्वभाव' નથી, 'विभाव' છે. આ બધી વૃત્તિઓના સ્વરૂપને સમજી લેવાની જરૂર છે.

કુદરતી આવેગોને ઘટતું મહત્ત્વ જ શોભે

માણસને ભૂખ લાગે છે, તેને આહારની સાથે સંબંધ છે. એને શરીરના આરોગ્યની સાથે જોડી દઈ, એમાંથી

મુક્ત થઈ જવું જોઈએ. ભૂખને આવો એક સામાન્ય વિકાર નહીં માનીને વધારે પડતું મહત્ત્વ આપવા જઈશું તો આહારની સામગ્રી એકઠી કરવામાં, એમાંથી રસોઈ બનાવવામાં અને પછી આહારના સર-સામાનને સાચવવામાં જ જિંદગી પૂરી થઈ જશે.

'આહાર' શબ્દનો અર્થ બુદ્ધિને અને ઇંદ્રિયોને પણ લાગુ પડે છે. બુદ્ધિને જ્ઞાનની સામગ્રી પીરસવી પડે છે, ઇંદ્રિયોને અનુભૂતિઓની. માણસની જે કર્મેન્દ્રિયો અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે તેના દ્વારા જે કાંઈ આહરણ થાય છે તે બધું 'આહાર'માં સમાવિષ્ટ છે. દરેક ઇન્દ્રિયોનો પોતપોતાનો વિષય હોય છે. આંખનો વિષય છે રૂપ. શ્રુતિનો વિષય છે નાદ, બુદ્ધિનો વિષય છે વિચાર. મનનો વિષય છે ભાવના, સંવેદન, વાસના, આઘાત-પ્રત્યાઘાત. ત્વચાનો વિષય છે સ્પર્શ, ઘ્રાણનો વિષય છે સુગંધ-દુર્ગંધ. આમ દરેકના પોતપોતાના વિષય છે. આ વિષયો તરફનું ખેંચાણ રહે એ સ્વાભાવિક છે, એ કુદરતી છે. એટલા માટે તો મેં કહ્યું કે એનો નિષેધ નહીં, એનું ખંડન નહીં. પણ એનું સમગ્ર જીવનમાં જે સ્થાન છે તેને સમજી લઈએ અને એની યોગ્યતા જેટલું મહત્ત્વ આપણે તેને દઈએ.

'तस्मात् योगी भवार्जुन।' આ દેશનું સૌભાગ્ય છે કે અહીંની સંસ્કૃતિમાં મનુષ્યમાત્રને એક જન્મસિદ્ધ અધિકાર પ્રાપ્ત થયો છે; અને તે અધિકાર છે—યોગી અવસ્થામાં પહોંચવાનો. યોગી એટલે યુજ્-જોડાયેલો. યોગી બાહ્ય ઇંદ્રિયો દ્વારા બહારના વિષયો સાથે જોડાયેલો હશે, મનથી વિચાર તેમ જ શબ્દસૃષ્ટિ સાથે જોડાયેલો હશે. અને જ્યારે શરીરની ઇંદ્રિયો શાંત હશે અને મન ગતિશૂન્ય હશે ત્યારે

તે અંદરના શૂન્યના સેતુ પરથી પસાર થઈને આત્મસત્તા સાથે જોડાયેલો હશે. માણસને ભીતર પણ જોડાયેલા રહેવાનું છે અને બહાર પણ જોડાયેલા રહેવાનું છે.

ઇંદ્રિયો સાથે પણ સમ્યક્ વ્યવહાર

युज्यते इति योगः । બંને તરફથી જોડાવાનું છે. શૂન્યના સેતુ પર થઈને આત્મસત્તા પાસે પહોંચી જઈ તેની સાથે જોડાયેલા રહેવા માટે જે કંઈ માનસિક, બૌદ્ધિક અને વાચિક વ્યવહાર થશે તે આત્માના અવધાનમાં થશે, પ્રભુસત્તાના અવધાનમાં થશે–with the awareness of the existence of divinity. ઇંદ્રિયોનો બાહ્ય વિષયો સાથેનો વ્યવહાર પણ ભદ્ર વ્યવહાર હશે, એ આસક્તિભર્યો કદરૂપો વ્યવહાર નહીં હોય. આસક્તિ તો ભારે કદરૂપી ચીજ છે. ઘણી કુરૂપ છે એ! એટલા માટે ઇંદ્રિયોનો આ વિષયો સાથેનો વ્યવહાર આસક્તિભર્યો પણ નહીં હોય, લોલુપતાભર્યો પણ નહીં હોય. એ હશે સમ્યક્ વ્યવહાર! શરીરને ધારણ કરવા માટે જેટલો જરૂરી હશે તેટલો એ સંબંધ રહેશે, વળી એ સુખદ હશે, ચારુ હશે, સમજણપૂર્વકનો હશે. જીવનની સ્વસ્થતા છે સમજણમાં–understanding માં.

આમ માણસે બેય તરફ જોડાયેલા રહેવાનું છે. આમાં ઇંદ્રિયોનો વિષયો સાથેનો જે સંબંધ છે તેમાં માનવમાં રહેલી પશુતાનું તત્ત્વ આવે છે. કશુંક જોયું. જોયું અને ખેંચાયા. ઇન્દ્રિયોમાં સંસ્કાર પડેલા છે એટલે આંખ દોડે છે, વિષયને સ્પર્શી લે છે. હવે આ આંખની અંદરથી કોણ દોડ્યું? દોડ્યું છે મન. મનને ચીજ ગમી ગઈ. ઠીક છે ચાલો! ગમી જાય ત્યાં સુધી કશો દોષ નથી થતો,

સુંદર ચીજ ગમી જાય ત્યાં સુધી. પણ મામલો ત્યાં અટકતો નથી. આગળ વધીને મન કહે છે કે મારે એ જોઈએ. આ 'જોઈએ' ને તે 'ના જોઈએ.' દિવસમાં હજાર વાર આંખ રૂપ પાછળ દોડતી રહે અને સાથે મન પણ દોડંદોડ કરીને 'આ જોઈએ' અને 'તે ના જોઈએ' એમ કર્યા કરે તો ભલે પ્રત્યક્ષમાં એ ચીજ મેળવો કે ના મેળવો, મન તો એ ચીજમાં બંધાઈ ગયું.

આવું જ બુદ્ધિનું. અનેક વિચારો બુદ્ધિએ ગ્રહણ કરી લીધા. સારાં સારાં પુસ્તકો ખરીદ્યાં કે પુસ્તકાલયમાંથી લાવીને વાંચી લીધાં. હિંદુ ધર્મ, બૌદ્ધ ધર્મ, ઇસ્લામ ધર્મ વગેરે અનેક ધર્મો સમજી લીધા. વેદ-ઉપનિષદ, ગીતા વાંચી લીધાં. સંતોનાં ચરિત્રો પણ જોઈ ગયા. એ તો હોય જ છે પરમ પવિત્ર. મહામાનવોના વિચારો પણ એટલા જ આકર્ષક હોય છે. તો બુદ્ધિ આ બધાયનો સ્મૃતિમાં સંઘરો કરે છે. માણસ સ્મૃતિને સમજાવ્યે રાખે છે. સમજ પડે કે ના પડે, જે કાંઈ જાણ્યું તે જીવનમાં ઊગ્યું કે ના ઊગ્યું એની કશી જ ચિંતા નહીં. તે તો મશગૂલ છે સંઘરવામાં, પરિગ્રહમાં—aquisitionમાં. આમ આંખે રૂપનો સંઘરો કર્યો અને મન એમાં ફસાઈ ગયું. બુદ્ધિએ શબ્દનો, વિચારનો સંઘરો કર્યો અને સ્મૃતિ એમાં ફસાઈ ગઈ. જે કંઈ વાંચ્યું તેનો બોજ ઢસડતાં ઢસડતાં બિચારીની કમ્મર પણ વાંકી વળી ગઈ.

પશુતા–મનુષ્યતા વચ્ચેની લક્ષ્મણરેખા

ઇંદ્રિયોને, મનને સ્વાનુભવ દ્વારા જે સુખ મળે છે તેને ટાળી શકાતું નથી. સુંદર ફૂલ જોયું, ચિત્તમાં પ્રસન્નતા રેલાઈ. મધુર નાદ સાંભળ્યો, હૃદય નાચી ઊઠ્યું, શીતળ

પવનની લહેરખી આવી, રોમેરોમ ઝણઝણી ઊઠ્યું. સરસ મઝાનું સ્વાદિષ્ટ ભોજન સામે આવ્યું તો મોંમાં પાણી આવ્યું. ભોજન આરોગ્યું તો રસનાને રસ મળ્યો, સુખ થયું.... આ બધું આપણે ટાળી શકતા નથી. ઇંદ્રિયો અને વિષયો સાથેનો સંબંધ છે તે તો છે જ; પરંતુ એ સંબંધને આપણે સંયમની ભૂમિકા ઉપર લઈ જવાનો પુરુષાર્થ કરવાનો છે. એમાં જ મનુષ્યતા છે. ઇંદ્રિયો અને વિષયોનો પરસ્પર સંબંધ એ માનવમાં રહેલી પશુતાનો અંશ છે, એની અનિવાર્યતાને સમજી લઈ એને જીવનમાં ઉચિત સ્થાન આપવાનું છે. એનાથી તસુભર પણ વધારે સ્થાન જીવનમાં આપવાની જરૂર નથી. એમાં જીવનની શક્તિનો, સમયનો અપવ્યય કરવો નથી. આટલી વાત ધ્યાનમાં આવી જાય તો જીવનના આહારવિહારમાં આપોઆપ સાદાઈ આવી જશે.

પ્રકૃતિ પ્રમાણે આહાર

શરીરને ધારણ કરવા માટે શું જરૂરી, શું બિનજરૂરી છે, શું અનુકૂળ છે, શું પ્રતિકૂળ છે, એ અંગે દરેક વ્યક્તિએ પોતપોતાનું તપાસી લેવું પડશે. એમાં દરેકનું એકસરખું ધોરણ ના ચાલે. આ શરીરમાં જેમ સત્ત્વ, રજ, તમ છે તેમ કફ, વાત અને પિત્ત પણ હોય છે. દરેકમાં આનું પ્રમાણ જુદું જુદું હોય છે, એટલે પોતપોતાની પ્રકૃતિ અનુસાર આહાર લેવાનો હોય છે. કફપ્રધાન પ્રકૃતિ હોય તો અમુક આહાર ના લેવાય. પોતાની પ્રકૃતિ જોઈને દરેકે પોતાના આહારનું સામાન્ય સ્વરૂપ નક્કી કરી સંયમી આહાર લેવો પડશે. ગમે તેટલું ખાઈશું, ગમે તે ખાઈશું, ગમે ત્યારે ખાઈશું અને છતાંય અમારે ધ્યાન

શીખવું છે, તો મારી દૃષ્ટિએ એ અસંભવ છે. Yoga is the science of total growth—વ્યક્તિત્વના સમગ્ર ઉત્થાનનું આ વિજ્ઞાન છે. અહીં કશુંય અવૈજ્ઞાનિક ના ચાલે. અહીં તો બધું કામ ગણિતથી થાય છે. આ એક ગંભીર વિજ્ઞાન છે. ભારતવર્ષના ઇતિહાસની આ નીપજ છે. અધ્યાત્મ એ જીવનનું વિજ્ઞાન છે. આજે એને બજારની વસ્તુ બનાવી એની કીમત ઘટાડાઈ રહી છે એનું ભારે દુઃખ છે. જીવનમાં શિસ્ત ના હોય, આત્માનુશાસન ના હોય, જ્યારે જેવી ઇચ્છા થઈ તેને આધીન થયા—આમ પાગલ ઉન્મત્ત પિશાચવત્ વ્યવહાર રાખીને અધ્યાત્મ પામી શકાય એ અશક્ય છે. અગ્નિમાં ઘી-તેલ રેડીએ તો ભડકો થાય જ, પાણી નાખવાથી જ તે બુઝાય. આ જેટલું સત્ય છે તેટલું જ સત્ય આ છે કે ઇંદ્રિયગત વ્યવહારમાં સમજણપૂર્વકનો સંયમ જળવાશે તો પેલી બધીય પશુતા આરોહણમાં મદદ કરનારી એક સખી બની જશે. પછી કશાનો નિષેધ નહીં કરવો પડે. પ્રકૃતિનું આરોહણ કરવાનું છે, પ્રકૃતિનો નિષેધ કે દમન નહીં. પ્રકૃતિને સમજવાની છે, સમજાવવાની પણ છે અને સમજી-સમજાવી લીધા પછી એનો સહયોગ પણ આપણે લેવાનો છે. પ્રકૃતિને આપણી સખી બનાવવાની છે.

So there will not be the cult of naturalism neither the cult of suppression or repression and nor the cult of indulgence—ત્યાં ઉપભોગપરાયણતા પણ નહીં હોય. દમન, પીડન, નિરોધ, નિગ્રહને હટાવવાના નામે આજના યુગમાં ઉપભોગપરાયણતાની એક નવી સંસ્કૃતિ નિર્માણ થઈ રહી છે. ઉપભોગપરાયણતા પશુતાને પ્રોત્સાહન આપે છે.

ગુસ્સો આવ્યો, તો જે કંઈ સામે આવ્યું તે તોડી-ફોડી નાંખ્યું. બહાર નીકળ્યા તો બસ તોડી, ટ્રેન બાળી ! ગુસ્સો આવ્યો અને કર્યું !...આમ આજકાલ પશુતાને સમર્થન મળી રહ્યું છે. એ દિશામાં દેશ આગળ વધી રહ્યો છે. તમારા મારા જેવા મુઠ્ઠીભર અધ્યાત્મનિષ્ઠ સાધકોએ આ દેશની અમીરી-ગરીબી હઠાવવાની સાથેસાથ આ પ્રકાર-ની પશુતાગામી પ્રવૃત્તિઓને પ્રભુતા તરફ વાળવી પડશે.

માનવ=પશુ + મનુષ્ય

માનવમાં રહેલી પશુતાની લક્ષ્મણરેખા આપણે જોઈ. પણ માનવમાં જે રીતે પશુતા છે, તે રીતે મનુષ્યતા પણ છે. માણસ પશુ જરૂર છે, પણ એ નર્યો પશુ નથી. પશુ-માંથી માનવરૂપ ધારણ કરીને માનવાકૃતિમાં એ આવ્યો છે. પશુની તથા માનવની આકૃતિને બરાબર જુઓ. માણસને ચાર પગે ચાલવું પડતું નથી. એના પર કૃપા થઈ છે કે એના બે પગ સીધા ઊભા થઈ ગયા અને પશુના જે પગ હતા તે હાથ થઈ ગયા. હાથમાં વળી એને અંગૂઠો મળ્યો છે. આંગળીઓ અને અંગૂઠાની મદદથી એ નિર્માણ કરી શકે છે. The responsive Co-operation of the thumb and the fingers is the indication of the ascendance of evolution. નૃવંશશાસ્ત્રના પુસ્તકમાં આ વાત તમને જોવા મળશે. માણસ સીધો ઊભો રહે છે ત્યારે કેવો સુંદર લાગે છે ! ગૌરવવંતો અને ગરિમાશીલ ! કેવી રૂપાળી છે એની આકૃતિ ! ઉત્તુંગ આકાશમાં એનું ઉત્તમાંગ–મસ્તક છે ! उत् नाम ब्रह्मासि—બ્રહ્મનું એક નામ उत् પણ છે. તો મસ્તક એનું આકાશમાં અને પગ એના ધરતી પર છે. પશુતામાં પગ છે તો ભગવદ્‌સત્તામાં વિહાર કરનારું

મસ્તક છે અને એ બંનેની વચ્ચે છે આ શરીર ! માનવાકૃતિમાં જે મનુષ્યતા પ્રગટ થાય છે તેને સમજી લઈ માનવે આગળ ક્યાં જવાનું છે, તે પણ સમજવાનું છે.

મનન એ માનવનું શીલ

કાંઈક જોયું અને સંવેદન જાગ્યું, તદ્નુસાર પ્રત્યાઘાત ઊઠ્યો. આ તો થઈ પશુતા. પણ આપણે તો મનુષ્ય છીએ. मननात् मनुष्यः । મનનશક્તિને લીધે મનુષ્ય મનુષ્ય છે. જોયું, તો શું જોયું; એને સમજી લીધું, જેને જોયું તેનો મારી સાથે શું સંબંધ છે તેને ચકાસી લીધો અને મારાથી જે કંઈ વ્યવહાર થશે તેની મારા પર અને સમાજ પર શી અસરો થશે— આ બધું મનન મનુષ્ય કરી શકે છે. Man is a thinking animal, they say, he is a rational animal. He is not only a perceptive animal. Perception plus conception. જોવા ઉપરાંત મનન કરવાની શક્તિ છે એની પાસે.

ચતુર્વિધ શક્તિવાળો મનુષ્ય

મનુષ્ય એક મોટો એન્જિનિયર છે. એ કોઈ દ્રવ્ય જુએ છે, એના આકાર, રૂપ, રંગને નિહાળી શબ્દો દ્વારા એ એનું extraction કરે છે, તારણ કાઢે છે. નાદમાંથી એણે શબ્દ બનાવ્યો અને શબ્દોને જોડી જોડીને તેમાંથી વ્યાકરણ રચ્યું. તો જે કંઈ જોયું તેને શબ્દાંકિત કર્યું અને અંદરથી જે કંઈ પ્રતિક્રિયા ઊઠી તેને પણ શબ્દાંકિત કરી. પછી એ બધામાંથી એ તારણ કાઢે છે. જોવાની, સમજવાની, પ્રતિક્રિયા કરવાની અને તારણ કાઢવાની આ શક્તિ માનવને મળેલી છે. extraction from concrete objects to impression, sensation and conclusion. પ્રભુએ

આપણને અનંત શક્તિઓથી સભર જીવન આપ્યું છે, પરંતુ આપણને એનું ભાન જ નથી ! ખાવા, પીવા તથા ઊંઘવામાં જ જિંદગી પૂરી થઈ જાય છે. આ શક્તિઓમાં પ્રભુનો સંકેત છે— they are love letters from the Divine—એ તો આપણને પ્રભુએ લખેલા પ્રેમપત્રો છે ! શક્તિઓ અંદર પડી છે, પરંતુ આપણને ન તો એનું કાંઈ મહત્ત્વ છે, ન આપણે એનો સંકેત સમજીએ છીએ.

માનવાકૃતિમાં જે અનેક શક્તિઓ પડેલી છે તેમાં પ્રધાન શક્તિ છે જાણવાની; સાથોસાથ સમજવાની શક્તિ. The capacity not only to know but to understand.

'જેહ સ્વરૂપ સમજ્યા વિના પામ્યો દુઃખ અનંત
સમજાવ્યું તે પદ નમું શ્રી સદ્‌ગુરુ ભગવંત.'

સ્વરૂપ સમજાયું નહીં એ અજ્ઞાન, એ જ દુઃખ છે અને સ્વરૂપ સમજાવી દીધું તે જ મુક્તિ છે. ગુરુએ સ્વરૂપ આપ્યું નહીં, સમજાવી દીધું. સ્વરૂપ તો હતું જ સ્વયંભૂ, સહજ ! પણ એને સમજવાની જરૂર હતી તો ગુરુએ તે સમજાવી દીધું. સ્વરૂપ ન સમજાયું તો બંધન; સ્વરૂપ સમજાયું તો મુક્તિ.

માણસ 'જવાબદાર' છે એનાં કર્મોને

માનવનું સ્વરૂપ જોયું તો સમજાયું કે માનવને જે આકૃતિ મળી છે તેમાં અંદર કાંઈક પ્રકૃતિ પણ છે. જોવાની ઈંદ્રિયગત શક્તિની સાથોસાથ એનામાં સમજવાની પણ એક અવ્યક્ત શક્તિ પડેલી છે. આ સમજવાની શક્તિમાં જ માનવતાનું રહસ્ય સમાયેલું છે. માણસ જીવશે, પણ તે સમજીને જીવશે, સમજપૂર્વક જીવશે. આ સમજવાની શક્તિ જો

એનામાં ના હોત તો મનુષ્ય 'જવાબદાર પ્રાણી' ન કહેવાત. Man would never have been responsible animal had he not been graced with the faculty to understand and to reason out. મનુષ્યને મળેલી આ બુદ્ધિની કેટકેટલી શક્તિ છે! એનામાં મેધા છે, પ્રજ્ઞા છે, ધૃતિ છે, સ્મૃતિ છે.....શ્રીયુક્ત જીવન છે આપણું!

સમજણ—માનવમાં મહેકતું ફૂલ

એનો અર્થ એ થયો કે મનુષ્યતા એમાં છે કે એ જે કંઈ કરે તે સમજીબૂજીને કરે. જે વગર સમજ્યે કંઈક બોલી દે, કરી નાંખે તે મનુષ્ય ના કહેવાય. કોઈને કહીએ કે 'ભાઈ, તમે આમ કેમ આડેધડ બોલી નાખ્યું?' એનો જવાબ જો એ એમ આપે કે 'ખબર નહીં, બોલાઈ ગયું!'—તો એ વ્યક્તિ મનુષ્ય હોવા છતાં બેભાન છે. એને ખબર જ નથી કે એ શું બોલે છે, શું કરે છે. સમજણ માણસને બેભાનાવસ્થામાંથી સભાનતામાં લાવે છે, અનવધાનમાંથી માણસને એ સાવધાન કરે છે. હું શું બોલું છું, શું કરું છું, શા માટે કરું છું....આ બધું સમજવાનો પ્રયત્ન કરવાથી જીવનમાં જવાબદારી આવે છે. માણસ જવાબદાર પ્રાણી છે. પોતાનાં કર્મોનાં પરિણામોનો એ અંદાજ બાંધી શકે છે. કર્મોના હેતુને એ પારખી શકે છે. આવો કોઈક જે સમજણની સાથે દ્રોહ નથી કરતો, આત્મવંચના નથી થવા દેતો, સમજણની સાથે જે સંવાદ સાધે છે તે છે મનુષ્ય! બેજવાબદાર થઈને સમજણ વગરનું જીવન જીવનાર પ્રવાહપતિત જીવન જીવે છે, જ્યારે બુદ્ધિમાનોનું જીવન કેવી રીતે વીતે છે?—" साहित्यसंगीतकला विनोदेन कालेा गच्छति धीमताम् ।

જે કંઈ કરે તે સમજીબૂજીને કરે. આ છે મનુષ્યની જવાબદારી. પોતાની સમજણ સાથે બેવફાઈ ના કરે, બાંધછોડ ના કરે. અંદરથી અવાજ આવતો હોય કે ભાઈ, તું જૂઠું બોલી રહ્યો છું. તો એ અવાજને દબાવી દેવામાં આવે છે, કચડી નાંખવામાં આવે છે–એમ કહીને કે 'બધાંય જૂઠું બોલે છે, એમાં મેં ખોટું શું કર્યું ? જૂઠું કર્યા સિવાય સંસાર ચાલે કેમ કરીને ?'—આમ કરીને ભાઈ, તું અન્યાય કરી રહ્યો છે તારા પર. અંદરના અવાજને તું દબાવી દે છે. આજે અંદરના આ સમજણના અવાજને દબાવી દઈ સોદાબાજીની પ્રવૃત્તિને જીવાડવાની આપણી જીવનપદ્ધતિ થઈ ગઈ છે. આપણે આપણા પરસ્પરના સંબંધોને સોદાગીરીની ચીજ માની લીધી છે. જીવનને પણ એક વેપાર બનાવી મૂકયો છે. જિંદગી એ સોદો નથી. શું, કેટલું મેળવ્યું એવા શેર બ્રોકરનું આ કોઈ શેરબજાર નથી.

જીવન એ તો સખ્યની સુષમા છે, સહયોગનું વૃંદગાન છે. આત્મવિલોપન અને આત્મસમર્પણનું સંગીત છે જિંદગી ! ખેર...... એમાં જવું નથી. તો ધ્યાનાર્થી પોતાની પૂર્વતૈયારીમાં 'હું મનુષ્ય છું અને મનુષ્ય હોવાને નાતે મારા પર જે કંઈ જવાબદારી આવે છે, તેને સંભાળતાં હું જીવીશ' એ ભૂમિકામાં આવી જાય. આ ભૂમિકા બાંધ્યા સિવાય બે શું, દશ દશ કલાક ધ્યાનમાં બેઠા રહેશો તોય કશું નહીં વળે. ખાવા બેઠાં ને જીભ પર સંયમ નહીં, તો દશ–પંદર મિનિટનો એ અસંયમ તમારા ચાર કલાકના ધ્યાન, જપ, મૌન પર પાણી ફેરવી દેશે. અસંયમ ભીતરના સંતુલનને

ડગમગાવી દે છે, જ્યારે યોગ છે ચિત્તની સમતા ! ધ્યાનાવસ્થા યોગાવસ્થા છે. ધ્યાનાવસ્થા એટલે જ અંતર્બાહ્ય સંતુલિત અવસ્થા. સંતુલનમાં જીવનનો પ્રસાદ છે, સૌન્દર્ય છે, લાવણ્ય છે.

લૂલી બધો દાટ વાળે છે

આમ ખાવામાં, પીવામાં, સૂવામાં, કસરત કરવામાં, પહેરવામાં, ઓઢવામાં, નહાવા-ધોવામાં, ઊઠવા-બેસવામાં, જીવનની તમામેતમામ ક્રિયાઓ જવાબદારીપૂર્વક કરવાની જવાબદારી માણસ પર આવે છે. આમ થશે તો સમજવાની શક્તિ પણ સતેજ રહેશે અને ઇન્દ્રિયોની શક્તિ પણ ઝાંખી નહીં પડે. બધી શક્તિ તત્પર અને ચપળ બનશે. ખરેખર માણસને કાંઈક કરવું છે, પરંતુ ઇન્દ્રિયો એ કરવા તત્પર નથી બનતી. વાણીની શક્તિને સહયોગી બનાવવાનું માણસને અઘરું લાગે છે. એનો સૌથી વધારે thoughtless અને reckless વ્યવહાર કંઈ છે તો એ છે એનો વાણીનો વ્યવહાર. એમાં સૌથી વધારે અવિવેક આવી જાય છે. વ્યભિચાર કરવામાં તો સમાજની નિંદા, પાપનો ડર, ધર્મનો ભય, વળી પરિણામનો સામનો કરવા અંગેની કાયરતા—આ બધું નડે છે. એટલે ત્યાં સુધી તો એ શરીરને વહી જવા દેતો નથી. પરંતુ એની વાણીમાં જે ઉચ્છૃંખલતા છે, વાણીનો જે વ્યભિચાર છે એમાં તો આપણે સૌ, સોમાંથી નવ્વાણુ જણ સામેલ થઈ જઈ શકીએ તેમ છીએ. તમે કહેશો કે વાણીનો વ્યભિચાર ? બહેન આ શું કહી રહી છે ? જાણું છું કે વાત ખોટી છે, છતાંય કહી દઉં છું કે વાત સાચી છે. જે અંદર નથી તેનો બહારથી દેખાડો કરું છું. આ બધો દંભ, પાખંડ, અસત્ય એ વાણીનો

વ્યભિચાર છે, maladjustment of verbalisation છે. લોકો મંદિરોમાં જાય છે, સાધુસંતોની પાસે જાય છે. પરંતુ જેવા મંદિરમાંથી બહાર નીકળ્યા અને પત્ની સાથે, મિત્ર સાથે, પડોશી સાથે વાણીનો વ્યવહાર શરૂ થયો તેમાં એટલું તો પાપ થાય છે, એટલો તો અસત્ય અને અન્યાય થાય છે! એના જે કંઈ સંસ્કાર માણસની અંદર પેદા થશે તે પોતાનું અસંતુલન પેદા કર્યા વિના નહીં રહે.

જેવી રીતે વિષમ આહાર કરવાથી રાસાયણિક અસંતુલન નીપજે છે તેવી રીતે વાણીના દુર્વ્યવહારનું નાડીતંત્ર પર વિપરીત પરિણામ ઊપજે છે. અને આ જીભ તો બેય બાજુથી ડાટ વાળી મૂકે છે. ખાવાપીવામાંય એ ગરબડ કરી મૂકે છે અને બોલવામાં પણ એ ગરબડ કરી મૂકે છે. એને ખૂબ સાચવવી પડે છે. એ જેવી ખૂલે તેવી તરત જ ત્યાં એક ચોકી મૂકી દો. એ કશું જુઠું તો નથી કહી રહી ને? એની તકેદારી રાખો. વાણીના વ્યવહારમાં સરળતા લાવો, ઋજુતા લાવો, પ્રાંજલતા લાવો. પછી જુઓ જાદુ! તમારી અંદરનો બોજો હળવો થશે, ગાંઠો બધી ખૂલી જશે. જેની વાણીના વ્યવહારમાં પ્રાંજલતા, સરળતા, નિખાલસતા આવી, એનું જીવન અંદરથી હળવુંફૂલ થઈ જાય છે. પછી એ નિર્દોષતાનું અમૃત એની આંખોમાંથી નીતરવા માંડે છે.

सत्यम् वद प्रियम् वद

નહીં તો પછી યમ-નિયમ, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સબીજ-નિર્બીજ સમાધિ, સવિકલ્પ–નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં પ્રવેશ કર્યો, એમાં ઉત્થાન પામ્યા, જમીનમાં દટાયા.......આ બધું તમે કરી લેશો. પણ એ બધું કરીનેય જોવા શું મળે છે? આશ્રમોમાં, મઠોમાંય

પરસ્પર ઇર્ષ્યા છે, ઝઘડા છે, નિંદા છે. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાંય શું શું નથી ચાલતું? અરે ભાઈ, તું સંન્યાસી બન્યો, આ ક્રોધ કેવો? યોગી બન્યો તો પછી અસંતુલન કેવું? સંત બન્યો, ઇર્ષ્યા કેવી? પરંતુ ભારતવર્ષનાં મંદિર-મઠોમાં આ બધું જોવા મળે છે. એનાથી આપણે બચવાનું છે. એટલે કહું છું કે વાણીને સંભાળવી પડશે. આપણે ભણસાલી તો છીએ નહીં કે બાર બાર વર્ષ સુધી હોઠ સીવીને બેસી રહીશું! બોલ્યા વગર આપણું કામ નહીં ચાલે. તો જરૂર ઊભી થશે ત્યારે બોલીશું, યથાર્થ હશે તે બોલીશું, હેતુસંગત વાત ઉચ્ચારીશું. આત્મસ્તુતિ અને પરનિંદામાંથી બચીશું. જૂઠ અને પાખંડથી સંભાળીશું. જરૂર નહીં હોય તો નહીં બોલીએ. આટલું થશે તો જીવન નિર્મળ બનશે, નિષ્કલંક બનશે.

અરે, આ વાણી જ તો ગંગા છે રે! એની ગંગોત્રી નાભિમાં છે. એની નિખાલસતા અને પ્રાંજલતામાં સ્નાન કરી પવિત્ર થઈએ. સ્વર્ગના પેલા પારિજાતક વૃક્ષનાં ફૂલની જેમ એકેક શબ્દને માપી-તોલીને વાપરીએ. વાક્‌યજ્ઞમાં પ્રભુપૂજાના પુષ્પ રૂપે શબ્દનો ઉપયોગ કરીએ. ગીતાએ કહ્યું છે કે अनुद्वेगकरं वाक्यं सत्यं प्रियं हितं च यत्—વાણી અનુદ્વેગ-કારી હોય, સત્ય હોય, પ્રિય હોય, હિતકારી હોય... વિગતોમાં નથી ઊતરવું. વાત સીધીસાદી આટલી જ છે કે મોઢું ખોલીએ તો જવાબદારીપૂર્વક ખોલીએ.

આપણે ક્યાં જવાનું છે? આપણું આરોહણ છે, ભગવદ્ સત્તા તરફનું. મનુષ્યની આ કાયામાં એની ભીતર પશુતા અને મનુષ્યતા ઉપરાંત કંઈક સવિશેષ છે, અને તે છે ભગવદ્ સત્તા. ऊर्ध्वमूलमधः शाखम् अश्वत्थं प्राहुरव्ययम् । આપણે

ભલે અશ્વત્થ હોઈએ, પરંતુ ઊર્ધ્વમૂલ છીએ. માનવજીવનની ધન્યતા, સાર્થકતા એની ભીતર આ જે ભગવદ્ સત્તા પડેલી છે, આત્મસત્તા, પ્રભુસત્તા છુપાયેલી છે તેના સાક્ષાત્કારમાં સમાયેલી છે.

ભગવદ્સત્તા ગાયમાંના દૂધ જેવી, બીમાંના વૃક્ષ સમી

એક માણસ કોઈક જ્ઞાનીની પાસે, આત્માનુભવીની પાસે ગયો. જ્ઞાનીએ કહ્યું કે ગાય દૂધ આપે છે. પેલાએ પણ સાંભળી લીધું કે ગાય દૂધ આપે છે. શબ્દો સીધા સાદા સરળ હતા. શબ્દકોષમાં જોવાની કશી જરૂર નહોતી. છૂટા પડીને મન થયું કે લાવને જરા ગાયને જોઉં તો ખરો ! અરે ! આ ગાય તો છે, પણ દૂધ–બૂધ હતી તો કાંઈ દેખાતી નથી. એણે પેલા સાધુમહારાજને બીજો કોઈ પ્રશ્ન તો પૂછ્યો નહોતો કે ગાય પોતે જ દૂધ આપે છે કે એને માટે કંઈક કરવું પડે છે. એટલે એને થયું કે આમ તો આ ગાયમાં કંઈ દૂધ–બૂધ હોય તેવું દેખાતું નથી, પણ એને કાપીને જોવા દે, જો અંદર દૂધ હશે તો દેખાશે. અને એ ભલા માણસે તો પેલી ગાયને કાપી નાંખી. લોહીની ધારા છૂટી. તો કહે, " અરે, આ સાધુમહારાજ પણ સાચું બોલતા નથી. ગાયમાં તો દૂધ-બૂધ કાંઈ નથી, નર્યું લોહી છે. " એ માણસ પાસે દોહનની કળા નહોતી, તો એને દૂધને બદલે મળ્યું લોહી ! એ તો ગયો વળી બીજા કોઈ મહારાજ પાસે. એ મહારાજ કહે, " અરે, એક નાનકડા બીજમાં એક આખું વટવૃક્ષ છુપાયેલું છે. " પેલા જનાબ તો પાછા ઊપડ્યા. શોધી લાવ્યા વડનો એક ટેટો. એને થયું કે વાહ, આટલું નાનું બી અને એમાં આવડો મોટો વડ તે કેમ સમાય ? આ બધા સાધુસંતો સ્વપ્નસેવીઓ છે,

બધો જ કલ્પનાવિલાસ!" પછી તો એણે બીને તોડયું. ટુકડેટુકડા કરી નાંખ્યા પણ વડનું તો નામનિશાન ના મળે. મૂરખ પાસે અધૂરું જ્ઞાન હતું. દૂધ મેળવવા દોહતાં આવડવું જોઈએ. બીમાંથી વૃક્ષ મેળવવા બીને વાવી, પાણી રેડી, સેવા કરવી પડે; ત્યારે તેમાંથી અંકુર ફૂટી, છોડવો થઈ ક્યારેક ઝાડ થાય!

તો માનવના પિંડમાં અને બ્રહ્માંડમાં જે આ ભગવદ્‌સત્તા છે, તે બીમાં છુપાયેલા વટવૃક્ષ સમી છે, ગાયના શરીરમાં સમાયેલા દૂધના જેવી છે. તર્કની તલવાર લઈને કાપવાથી એ હાથ નહીં લાગે. તર્ક અને અનુમાનના હથોડા મારી બીના ટુકડેટુકડા કરવાથી અંદરનું વૃક્ષ નહીં જડે. મિત્રો, આ ભગવદ્‌સત્તા તો પ્રયોગગમ્ય છે, અનુભવગમ્ય છે.

હવે આ ભગવદ્‌સત્તા અંગે આપણે આગળ ઉપર વિચારીશું. આજે તો આપણે ધ્યાનાવસ્થામાં દાખલ થવા માટે શરીર, મન તથા બુદ્ધિને પ્રશિક્ષિત કરવાં પડે છે તે અંગે વિચાર્યું. આ જ છે સ્વશિક્ષણ સાધના. प्रत्यवाय विक्षेप निवारणार्थे साधना, न तु प्राप्त्यर्थं । વિક્ષેપોને દૂર કરવા માટે-ની આ સાધના છે, પ્રાપ્તિ માટેની નહીં. ઇન્દ્રિયો જ્યારે વિષયો સાથે સંબંધમાં આવે છે ત્યારે અસંતુલન પેદા થાય છે, ક્ષોભ પેદા થાય છે. આ જ છે વિક્ષેપ. ઇન્દ્રિયો વિષયો સાથે વ્યવહાર કરે અને છતાંય અસંતુલન પેદા ન થાય એવું આપણે કરવાનું છે. આવા વિક્ષેપોને નિવારવાનું જે શિક્ષણ છે તેને આપણા પૂર્વજોએ સાધના કહી. પૂર્વ-તૈયારી એટલે થોડીક સાધના. પશુતાને પારખવી અને મનુષ્યતાને સમજવી, પછી જવાબદારીપૂર્વક આપણી અંદર

રહેલાં પશુતત્ત્વો સાથે વ્યવહાર કરવો તથા માનવીય શક્તિનો ઉપયોગ કરવો. આ બંને કળા આપણે પ્રાપ્ત કરવાની છે.

ત્યાર પછી ધ્યાનાવસ્થાને સમજવા માટે માણસ અધિકારી બને. અત્યાર સુધી અર્થિત્વ હતું, ઇચ્છા હતી, આકાંક્ષા હતી. આકાંક્ષાને અનુકૂળ આપણી ઇન્દ્રિયોને બનાવવી પડશે. નહીં તો પછી જાણી તો લીધું, પણ જાણેલું જીવવા માટેની તત્પરતા ના હોય તો વ્યક્તિત્વ છિન્નભિન્ન થઈ જાય છે. Split personality થઈ જાય છે. બુદ્ધિ તો ઘણુંબધું જાણે, પણ ઇન્દ્રિયો એમાંથી કશું આચરી ના શકે તો એમાંથી એક અસંતોષ પેદા થાય છે. ત્યાર પછી ભગવદ્સત્તાનું સ્વરૂપ પણ આપણે જોયું. જેવી રીતે ગાયમાં દૂધ, વૃક્ષમાં બીજ; તેવી રીતે ભગવદ્સત્તા આપણી અંદર સમાયેલી છે. તે Alchemy of life છે, Alchemy of love છે. જીવનનું, પ્રેમનું રસાયણ છે ભગવદ્સત્તા ! તે પિંડમાં પણ છે અને બ્રહ્માંડમાં પણ છે.

આ સ્થાનમાં અત્યંત આનંદ થાય છે. સ્થાનની પ્રશાંતતા તથા વાતાવરણની પ્રસન્નતા અત્યંત અવર્ણનીય છે. વળી અહીંના કણેકણમાં તપનું બળ સિંચાયું છે. એટલે જેવી રીતે આંબાની કેરીમાં મીઠોમધ રસ ભર્યો હોય તેવો મધુર રસ અહીંની ભૂમિનો બની ગયો છે. વળી તમારા સૌની એકાગ્ર થઈને સાંભળવાની જે શ્રવણશક્તિ છે તે પણ ધન્યવાદને પાત્ર છે. પ્રભુને પ્રણામ કરી આ પહેલું પ્રવચન અહીં સમાપ્ત થાય છે.

(તા. ૧-૨-૮૧, પ્રાતઃ પ્રવચન)

પહેલી

પ્રશ્નોત્તરી

પ્રશ્ન : ધ્યાન કેવી રીતે કરવું ? ધ્યાન માટે આસન કેવું રાખવું ? આંખો બંધ રાખવી કે ખુલ્લી ? ભ્રૂમધ્યમાં ધ્યાન ધરવું કે બ્રહ્મરંધ્ર પર ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : મેં ધ્યાનાર્થી વ્યક્તિની પૂર્વ-તૈયારીઓ કઈ હશે તે વિષે વાત કરી છે. આધ્યાત્મિક સાધના ત્યારે જ સંભવી શકે જ્યારે મનુષ્ય બુદ્ધિનો પૂરો ઉપયોગ કરીને બુદ્ધિ અને તર્કથી પર એવી શ્રદ્ધાની ભૂમિકાએ પહોંચે છે. જો આપણી એવી શ્રદ્ધા ના હોય કે મૃત્યુમાં જીવનનો અંત નથી અને જન્મમાં જીવનનો પ્રારંભ નથી, બલ્કે જીવનની તો એક અનાદિ, અનંત સત્તા છે, તો આત્મસાધના, અધ્યાત્મસાધના થઈ જ ના શકે. પછી તો દેહ મરવા સાથે આપણે પણ ખતમ થઈએ છીએ એમ

માનીને " भस्मीभूतस्य देहस्य पुनरागमनं कुतः । " " ऋणं कृत्वा घृतं पिबेत् । " ફાવે તેમ રહો, ફાવે તેમ જીવો, ફાવે તે કરો. મર્યા પછી તો કર્યું કારવ્યું બધું ખતમ થાય છે, પછી કર્મનાં પરિણામ પણ કોને ભોગવવાનાં છે ! આવી દૃષ્ટિ હોય તો અધ્યાત્મની કે માનવીય મૂલ્યોની કશી જ જરૂર રહેતી નથી. પછી તો येन केन प्रकारेण સંપત્તિધારી, સત્તાધારી, પ્રતિષ્ઠાધારી થવું એ જ માણસની વૃત્તિ રહેશે. એટલે પહેલાં તો અધિષ્ઠાનની સફાઈ જોઈએ. પૂજા કરવા માટે બેસીએ છીએ ત્યારે ભૂમિશુદ્ધિ કરીએ છીએ, કાયાશુદ્ધિ કરીએ છીએ ત્યારે પૂજાના અધિકારી બનીએ છીએ.

સર્વત્ર પ્રભુની સત્તા

આ પ્રમાણે બુદ્ધિ અને દૃષ્ટિમાં એક સ્પષ્ટતા હોવી જોઈએ કે આ સંસાર આપણો બનાવેલો નથી. એમાં એક ભગવદ્‌સત્તા છે, જે અનાદિ–અનંત છે. તે અખંડ છે, અ-વિભાજ્ય છે. એટલા માટે એને ' પ્રભુ સત્તા ', ' પરમ સત્તા ' કહી છે. ' ભૂમા સત્તા ' અખંડ, અવિભાજ્ય અને એકરસ છે. એ જ્યાં રહેશે ત્યાં પોતાની સંપૂર્ણતા અને સમગ્રતા સાથે રહેશે. પછી ઘાસનું તણખલું હશે તો પણ તેમાં જીવનની સત્તાનું સંપૂર્ણ ઐશ્વર્ય હશે. કીડીમાં પણ એ અને હાથીમાં પણ એ; પાપીમાં પણ એ અને સંતમાં પણ એ. અખંડ, અવિભાજ્ય, નિત્ય, શુદ્ધ, પ્રબુદ્ધ એવી એ સત્તા છે, જે પંચમહાભૂતોથી ભિન્ન છે. આ સત્તાને જ્યાં સુધી આપણી બુદ્ધિ પહોંચે ત્યાં સુધી બુદ્ધિ દ્વારા, શબ્દોની આંગળી પકડીને સમજી લેવી જોઈએ. આવી શ્રદ્ધા હોય તો આગળ વાત વધારી શકાય.

હવે જો આ સત્તામાં આપણી શ્રદ્ધા હોય કે सत्ये प्रतिष्ठिता धारणा श्रद्धा इति। સત્યમાં ધારણા પ્રતિષ્ઠિત થઈ ગઈ. સત્ એટલે To be, જે હોવાપણું છે તે. માટી છે તો ઘડો બને છે; મકાન બને છે. નિરાકાર છે તો આકાર ધારણ થઈ શકે છે. નિરાકારમાં જ આકારને સહન કરવાની શક્તિ છે. જે સત્તા સ્વયં અરૂપ છે, રૂપાતીત છે, તે જ અનેક રૂપોને સહન કરી શકે છે અને વહન પણ કરી શકે છે. આ સત્તા કોઈ અંધસત્તા કે મૂઢસત્તા નથી. એ તો ઋતંભરા પ્રજ્ઞા છે. તે તો Intelligent perceptive force છે. તે સ્વયં જ્ઞાનરૂપ છે, દ્રષ્ટુત્વપૂર્ણ સત્તા છે. આ સત્તા પ્રજ્ઞાવંત છે કે અંધ છે તે વિષે શાસ્ત્રોમાં વિવાદો ભર્યા પડયા છે. પણ આપણે તેમાં પડવું નથી. આપણે તો આ પ્રભુસત્તાને સમજવી છે. કોઈ એને God કહે છે, તો કોઈ Divinity. શબ્દ ગરબડ કરી મૂકે છે. હું 'ઈશ્વર' કહું તો તરત જ લોકો સમક્ષ પોતપોતાની ઉપાસ્ય મૂર્તિ ખડી થઈ જાય છે. હું એની વાત નથી કહેતી. ईशते राजते सर्वत्र इति ईश्वरः। જે સદાયથી સર્વત્ર વિરાજમાન છે તે છે ઈશ્વર! પરંતુ બધા આ અર્થ સમજતા નથી એટલે એ વાપરવામાં જોખમ રહે છે. એટલે મેં 'ભગવદ્સત્તા, ભાગવતીસત્તા'—શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યો છે. આ સત્તાનો સ્વભાવ જ્ઞાન છે. It is a perceptive intelligence itself. દ્રષ્ટુત્વ એનો સ્વભાવ છે. દ્રષ્ટા વગરનું અહીં દ્રષ્ટુત્વ છે.

તો જીવનસત્તાના બે ધર્મ મેં તમારી સમક્ષ મૂકયા. એ સત્તા અખંડ, અવિભાજ્ય, એકરસ છે. ઘાસના તણખલામાં, જલના બિન્દુમાં, માટીના કણમાં એ પોતાની

સમગ્રતા સાથે વિરાજે છે. એ કોઈ મૂઢ, અંધ, અજ્ઞાની સત્તા નથી. એમાં પ્રજ્ઞા છે. જ્ઞાન એનો સ્વભાવ છે. દ્રષ્ટુત્વ ત્યાં સ્વયંસિદ્ધ છે.

અધ્યાત્મ એટલે કોઈ પ્રાપ્તિ નથી. એમાં તો જે જેવું છે તેવું જોવાનું છે. Pure and bare cognition ની શક્તિને, નિર્દોષ દર્શનની શક્તિને જગાડવાની છે. 'આપણે છીએ' એ જ પ્રાપ્ત છીએ. એ જ આપણું નિજરૂપ છે, સ્વરૂપ છે.

ધ્યાન : પ્રક્રિયા નહીં, અવસ્થા

જો ગઈ કાલની અને આજની વાત ખ્યાલમાં હોય તો ધ્યાનને પછી શું કોઈ ક્રિયા કહી શકાશે? શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક કર્મને ધ્યાન કહેવાશે? ધ્યાનની પૂર્વ-તૈયારી માટે—બુદ્ધિમાં, મનમાં કોઈ કચરો પડ્યો હોય, અવૈજ્ઞાનિક અપસિદ્ધાંત કે ભ્રમ પડ્યો હોય તો એના નિરાકરણ માટે બુદ્ધિનો ઉપયોગ આવશ્યક છે. ભ્રાન્તિઓના નિરાકરણ માટે શબ્દની, તર્કની મદદ લેવી પડશે. લોકોના અનુભવો જોવા પડશે. તો આ પ્રમાણે બુદ્ધિ અને શબ્દની મદદથી વિચારોની સ્પષ્ટતા થઈ જાય અને જીવનની સત્તા વિશદ રૂપે સમજાય તો પછી ધ્યાન માટે કોઈ સ્વતંત્ર કર્મ કે ક્રિયાની આવશ્યકતા રહેશે કે કેમ? જેવી રીતે રેલવે સ્ટેશન જવા માટે સડક ઉપર તમે નીકળ્યા. શબ્દ એ જ આપણો રસ્તો છે. રેલવે સ્ટેશન પહોંચ્યા પછી સડકનું કોઈ પ્રયોજન નથી. રસ્તાએ મંજિલ સુધી પહોંચાડ્યા ત્યાં જ રસ્તાની પરિપૂર્તિ, સમાપ્તિ, વિસર્જન છે. તેવી જ રીતે શબ્દ કે ક્રિયાની પરિપૂર્તિ ધ્યાન સુધી પહોંચાડવામાં છે.

ધ્યાન એ કોઈ ક્રિયા નથી, એ તો અવસ્થા છે. તન-મનની સમસ્ત શક્તિઓની એક સંવાદી સંતુલિત અવસ્થા છે. એ કોઈ કર્મ નથી. આ જ વાત આપણે આ ચાર દિવસોમાં સમજવાની છે. તો પછી આ જે કંઈ સમજ્યા છીએ, ભ્રૂમધ્યમાં દૃષ્ટિ એકાગ્ર કરો કે બ્રહ્મરંધ્ર પર કે નાભિકમલ પર કે હૃદયચક્ર પર! આ બધું શું છે? તમે મને માફ કરશો. પરંતુ એ બધા તો ધારણાશક્તિને વિકસાવવાના અને પોષવાના ઉપાયો છે. આત્મસાક્ષાત્કાર-માં તો, નિજરૂપના દર્શનમાં તો 'अनुपाय अेव उपायः।' ત્યાં કોઈ ઉપાય નથી. પરંતુ આપણી ધારણાશક્તિ અત્યંત નબળી છે, ગ્રહણશક્તિ પણ આપણી એવી જ નબળી છે. કોઈ કાંઈક કહે તો અડધુંપડધું સાંભળીએ છીએ. ચિત્ત પૂરું એકાગ્ર જ થઈ શકતું નથી. એક જ પળમાં ચિત્ત દશે દિશાઓમાં દોડતું રહે છે. એટલે પૂરી વાત પકડાતી નથી. ચિત્ત વ્યગ્ર છે. એટલે ધારણ કરવાની શક્તિ વધારવાની જરૂર છે.

ધારણ શક્તિ વધારવા માટેનાં સાધનો

धृ धारयते इति धारणा—To contain, to hold, to sustain. કાનથી સાંભળ્યું તો ત્યાં એકાગ્ર નથી થઈ શકતા અને એકાગ્ર થયા તો તે એકાગ્રતાને ધારણ નથી કરી શકતા. આપણા જ્ઞાનતંતુઓમાં, નાડીસંસ્થાનમાં એટલી શક્તિ નથી કે ધારણ થયેલી ચીજને વહન કરી શકીએ. શક્તિ એટલે સ્નાયુઓની muscular, glandular strength—શક્તિની વાત નથી. જ્ઞાનતંતુઓમાં એક સૂક્ષ્મ શક્તિ જોઈએ, જેથી આપણી બુદ્ધિ, દૃષ્ટિ કે શ્રવણશક્તિને જ્યાં માંડી હોય ત્યાં એ જરૂર હોય ત્યાં સુધી સ્થિર રહે. પણ આપણે

એ નથી કરી શકતા. જેટલું સાંભળ્યું તેટલું બધું ગ્રહણ કરી શકતા નથી. અને જેટલું ગ્રહણ કર્યું તેટલું પણ ધારણ કરી શકતા નથી. આપણને ગમે તે જ વાતો ધ્યાનમાં રહે છે, બાકી છૂટી જાય છે. આપણા અહંકારને ઘાયલ કરનારી વાતો સ્મૃતિમાં નથી રહેતી.

ધારણાશક્તિ વધારવાના આ બધા ઉપાયો છે. દીવાની જ્યોત સામું આંખો સ્થિર રાખીને બેસો. એને ત્રાટકનો અભ્યાસ કહેવાય છે. જેમ જેમ નજર સ્થિર થશે, તેમ તેમ વૃત્તિ પણ સ્થિર થતી જશે. શ્વાસોશ્વાસમાં એક લય આવશે, લોહીનું ભ્રમણ પણ શાંત અને સ્થિર થવા માંડશે. આમ દૃષ્ટિની સ્થિરતા દ્વારા વૃત્તિની સ્થિરતા સુધી ધારણાનો અભ્યાસ પહોંચાડે છે.

એવી જ રીતે મંત્રજાપ! મંત્ર બોલીએ છીએ તો तज्जपः तदर्थभावनम्। સાથોસાથ અર્થભાવન થાય ત્યારે તે જપ બને છે. કેવળ મંત્ર બોલતા રહેવામાં તો યાંત્રિકતા આવી જાય છે. શબ્દનો નાદ, શબ્દનો અર્થ, શબ્દોનો ભાવ–આવી ત્રિવેણી ધારા અંદર વહે છે, જે બધા જ કષાયને, કલ્મષને, કાલિમાને ધોઈ નાંખે છે. જે મંત્રજપ કરશે તે ત્યાં ધારણાને એકાગ્ર કરશે. આમાં કોઈ નજર દ્વારા, કોઈ છબી દ્વારા, કોઈ મૂર્તિ દ્વારા, કોઈ દીવા દ્વારા ધારણાને દૃઢ કરશે. કોઈ વળી કહેશે કે દેહની બહાર શું કરવા જોવું? તે તો પોતાના શ્વાસોશ્વાસ પર જ ચિત્તને એકાગ્ર કરશે. તે જોશે કે શ્વાસ કેટલો બહાર નીકળે છે. દશાંગુલ જાય છે કે દ્વાદશાંગુલ? ઉપર મસ્તકમાં ચડે છે કે નીચે ઊતરે છે? અંદર ક્યાં સુધી જાય છે વગેરે......જેવી જેની રુચિ તેવો એકાગ્રતાનો

અભ્યાસ કરે છે. કોઈ વળી શરીરમાંનાં વિવિધ ચક્રો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. તમે ભ્રૂમધ્ય, બ્રહ્મરંધ્રની વાત કરી એટલે મેં આ ચક્રની વાત આણી. પશ્ચિમની Anatomy માં આ ચક્ર નથી. ડોક્ટરો કહેશે કે શરીરને કાપો તો એમાં આ ચક્રો મળશે? તો ચક્રોને અવયવ રૂપે, Biological level પર નહીં દેખાડી શકો. પરંતુ મનુષ્યમાં જ્યાં સુધી પ્રાણ છે ત્યાં સુધી એનામાં શરીર ઉપરાંત પણ કશુંક છે. યોગાભ્યાસી માટે ચક્રોની સત્તા છે. એ જ શરીર નિષ્પ્રાણ થઈ જાય ત્યારે અથવા તો એને બેહોશ કરીને કાપો તો આ ચક્ર તેમાં નહીં મળે. મૂળાધારથી બ્રહ્મરંધ્ર સુધી ચક્રોની સત્તા જીવનનાં કર્મોમાંથી નિષ્પન્ન થાય છે. તે જીવતો હોય ત્યાં સુધી તે દેખાય છે. આનાં ઊંડાણમાં આપણે નહીં જઈએ. લોહી ભ્રમણની તથા શ્વાસોશ્વાસની પ્રક્રિયાને કારણે શરીરનાં અગત્યનાં છ સાત સ્થાનોમાં પ્રકાશ નિર્માણ થાય છે, તે જોવા પણ મળે છે. દરેક ચક્રના પોતાના નાદ છે, પોતાના રંગ છે. પણ આપણે એનું શું કામ છે? એટલે છોડો એ વાતને!

તો આ બધા ચિત્તને એકાગ્ર કરવાનાં સાધનો છે, આ ધ્યાન નથી મિત્રો! ધ્યાન એ તો અવસ્થા છે, જ્યાં શરીરની અને મનની બધી સ્વાયત્ત ક્રિયાઓ, ઐચ્છિક ક્રિયાઓ શમી જાય છે. શ્વાસોશ્વાસ ચાલશે, લોહી ફરતું રહેશે પરંતુ હાથ-પગ હલાવવા કે ડોલવું-બોલવું કે વિચારવું-જોવું-સાંભળવું બંધ થઈ જશે એટલું જ નહીં, મનની ભીતર જે અચેતન અવચેતન છે–conscious unconscious છે, તેની પણ ગતિ જ્યાં સંપૂર્ણપણે શાંત થઈ જાય છે એવી આ એક અવસ્થા છે. It's a state of the

totality of one's being not a partial or fragmentary psycho physical activity. તો પછી કરવું શું ? બસ, આ જ બિન્દુએ આપણા સૌની મુસીબત શરૂ થાય છે. શું કરવું ? હા, એનો જવાબ છે કે કાંઈ ના કરવું. ન કરવાની અવસ્થામાં દાખલ થઈ જઈએ. આટલું જ કરવાનું છે. આપણે દિવસમાં જ્યારે સમય મળે ત્યારે કોઈ એકાંત સ્થળે, ઝાડ હોય તો ઝાડ નીચે બેસી શકાય. આપણા નસીબમાં તપોવન ક્યાં છે ? કોઈ આપણને બોલાવી ખલેલ ના પહોંચાડે તેવા સમયમાં ધોયેલાં કપડાં પહેરી શાંતિથી બેસી જવું. હવે નથી આપણે કર્તા, ભોક્તા કે દ્રષ્ટા. દિવસ આખો તો એ બધા ભાવોમાંથી ગુજર્યા, હવે તો આપણી અંદરની સત્તાના કેન્દ્રમાં બેસવાનું છે. કરવાનું કશું નથી. નથી કાંઈ જાણવાનું, જોવાનું, પામવાનું કે કરવાનું. આટલી મનની ભૂમિકા થઈ જાય પછી જે રીતે ફાવે તે રીતે બેસવું. તકલીફ હોય ને ખુરશીમાં બેસવું પડે તો તેમ પણ કરી શકાય. કોઈ પદ્માસન, સિદ્ધાસન લગાવી ના શકે તો પગ લંબાવીને બેસે. શરત માત્ર એટલી જ છે કે મેરુદંડ સીધો રહે, કમર ટટ્ટાર રહે, ગરદન સીધી રહે.

आसन से मत डोल रे......

તમે કહેશો કે લ્યો, બેસી ગયા. પણ ભાઈ મારા ! બેસવાનું એટલું સહેલું નથી. અડતાલીસ મિનિટ બેસી તો જુઓ ! એક મહિના સુધી સ્થિરતાપૂર્વક બેસવાનો અભ્યાસ કરો. ધરતી સાથે સુંદર સંબંધ સાધીને આસન લગાવીને બેસો. પણ પાંચ-દશ મિનિટમાં તો આપણા ઘૂંટણ દુખવા આવે છે, પગ જકડાઈ જાય છે. પગ બદલવા પડે

છે. સ્થિરતાનો અભ્યાસ નથી. ગતિ કરતાં વધુ શક્તિ સ્થિરતામાં છે, શબ્દ કરતાં વધુ શક્તિ મૌનમાં છે. સંબંધો-માં જીવનનું ઐશ્વર્ય જેટલું વ્યક્ત થાય છે તેનાથી અદકેરું ઐશ્વર્ય પોતાની સાથેના એકાન્તમાં વ્યક્ત થાય છે.

ધ્યાનનો સમય

ક્યારે બેસવું?—તમે વિગત માંગી છે તો વિગતો આપું છું. ભોજન પહેલાં બેસવું. પેટમાં અન્નનો ભાર હોય ત્યારે ના બેસવું જોઈએ. જમ્યા બાદ ઓછામાં ઓછા બે અઢી કલાક પછી બેસવું જોઈએ.

આપણે જ્યાં ઊભા છીએ, ત્યાંથી આગળ વધવું પડશે ને ભાઈ! ધ્યાન તો ભાઈ ખૂબ દૂરની વાત, દિલ્હી ઘણું દૂર છે હજી. પહેલાં તો સ્થિરતાનો અભ્યાસ, પછી વળી દ્રષ્ટુત્વ જાગશે, એને જીરવવાનો અભ્યાસ, પછી મૌનને ખમી ખાવાનો અભ્યાસ થશે, ત્યારે વળી ધ્યાન આવશે. આપણે જ્યાં ઊભા છીએ ત્યાંથી આગળનું ડગલું શોધવું પડશે. આદ્ય શંકરાચાર્ય ઊભા હતા ત્યાંથી આપણી સાધના શરૂ ના કરી શકાય. એમણે તો પાંચ વર્ષની ઉંમરમાં "યદ્ અહરેવ વિરજેત્ તદ્ અહરેવ પ્રવ્રજેત્" કહ્યું. બારમે વર્ષે બધાં શાસ્ત્રો ભણી લીધાં, સોળમા વર્ષે એમણે ભાષ્યો લખ્યાં અને બત્રીસ વર્ષે તો એ ચાલી નીકળ્યા. અડતાળીસ દિવસ-ના ઉપવાસ કરીને સિદ્ધાર્થ ગૌતમબુદ્ધ બન્યા. આપણે બની શકીશું? માંદા માણસને જોયો તો એમના માટે રાજૈશ્વર્ય નિરર્થક બની ગયું. આપણે બીમારી નથી જોતા? વૃદ્ધા-વસ્થા કે મૃત્યુ આપણે નથી જોતા? પરંતુ આપણું કશું છૂટતું નથી. એમનું તો બધું જ છૂટી ગયું અને પોતે ચાલી નીકળ્યા. વિષાદ ના જન્મે ત્યાં સુધી અડતાળીસ શું,

ચોર્યાસી ઉપવાસ કરે ને! કશું નહીં થાય, કારણ કે ભૂમિકા નથી બંધાઈ. અર્જુનના ચિત્તમાં વિષાદ હતો ત્યારે એ સાંખ્યયોગને પચાવી શક્યો. એટલે દિલમાં વૈરાગ્ય ન હોય ત્યાં સુધી જીવનપરિવર્તન ન આવે, પ્રભુનો અનુગ્રહ ના થાય.

બ્રાહ્મમુહૂર્ત શ્રેષ્ઠ મુહૂર્ત

ખેર! હવે સમય. હું કોણ સમય ચીંધનારી! બ્રાહ્મ-મુહૂર્તની વાત તો સૌ કોઈ જાણો જ છો! ભારતીય છો. પરંતુ આજકાલનું જીવન એવું કૃત્રિમ બની ગયું છે! શહેરમાં રહેતા હો તો રાત્રે નવ વાગે આવીને જમો, પછી અગ્યાર વાગે સૂઓ; એને હું કહું કે અઢી વાગે ઊઠજો ભાઈ! તો કહેશે... હા... વિમલાબહેનને ક્યાં ઘરબાર છે? કહી દીધું કે અઢી વાગે ઊઠજો! અમારે બાળ-બચ્ચાંનું કાંઈ જોવું-કારવવું કે નહીં? આપણા આદર્શો પાછળ એક વિજ્ઞાન છે. પણ એ બધી વાતો હું તમારી પાસે મૂકી શકતી નથી. એટલે તો કહું છું કે જ્યારે સમય મળે ત્યારે પોણો કલાક કાઢો અને કપડાં બદલી કાઢો! અને સુતરાઉ કપડાં પહેરી લો. એ કપડાં બીજા કોઈ સમયે નહીં પહેરવાનાં. કારણ કે વસ્ત્રો પર પણ વિચારોના, વાસનાના સંસ્કાર પડે છે.

પછી માની લો કે શરીર સ્થિર થઈ ગયું. તમે આહાર-વિહાર એવા કેળવ્યા કે શરીરમાં સ્થિર બેસવાની શક્તિ આવી ગઈ. શરીર અવિચલ...નહીં, નહીં, અવિચલ નહીં, 'અવિચલ' વિશેષણ તો મન સાથે બેસે. શરીર માટે તો 'અચલ' વિશેષણ જોઈએ. અરે ભાઈ, શબ્દોનુંય સૌંદર્ય હોય છે, એનું પોતાનું આગવું વ્યક્તિત્વ હોય છે. એમના

વિવિધ અર્થોની છટાઓનું પણ એક ઐશ્વર્ય હોય છે. એના વર્ણનમાં પડીશું તો આ ધ્યાનનો શિબિર રહી જશે એક બાજુ. એ તો ભુવનમનમોહિની શારદાનો ભંડાર છે! જુઓ ને, અચલ-અવિચલ શબ્દોની છટા બદલાઈ ગઈ. ખેર! ચાલો આગળ.

કેટલો સમય બેસવું? વધુમાં વધુ કેટલું? તમારા મારા જેવી સામાન્ય વ્યક્તિ માટે પિસ્તાળીસ મિનિટ પૂરતી માનવી જોઈએ. એમાં આગળ ઉપર વધારો કરવાનો રહેશે. એ અભ્યાસની છેલ્લી ટોચે પહોંચવું હોય તો જેટલું બેસી શકાય તેટલું બેસવું. હું તો નાનપણમાં આની પાછળ પાગલ હતી. બોત્તેર કલાક સુધી મેં ધ્યાનને વધાર્યું. બાર વર્ષની ઉંમરની પહેલાંની આ વાત છે. સ્થિરતાપૂર્વક કેટલું બેસી શકાય છે, એ જોવું હતું, તો બેસી ગયા બંદા. બોત્તેર કલાકે જોયું કે હા ભાઈ, શરીર તો આ પણ સહન કરી શકે છે. તો આ તો હતી એક તોફાન-મસ્તી! બીજું શું કહેવું એને! એક જિજ્ઞાસા હતી તો જોઈ લીધું. આટલું બધું કરવાની જરૂર નથી. એકી સાથે પોણો કલાક 'स्थिरसुखमासनम् ।' હોય તો પર્યાપ્ત છે.

જોવાય તેટલું જોઈ લો!

હવે શરીર સ્થિર થયું. આંખો ખુલ્લી રાખવી હોય તો તેમ, બંધ રાખવી હોય તો તેમ કરો. જેવી તમારી મરજી. ખુલ્લી રાખશો તો બહારના પદાર્થો દેખાશે. જોઈ લ્યો! ક્યાં સુધી જોયા કરશો? ઓરડામાં બેઠા હશો તો ચાર દીવાલો દેખાશે, એના પર કંઈ છબીઓ હશે તો તે દેખાશે. જોઈ લો! મિનિટ, બે મિનિટ. કેટલો સમય જોયા કરશો! એકવાર જોવાઈ જાય પછી પદાર્થો હોય તો

પણ એનું મહત્ત્વ આપણા માટે રહેતું નથી. આંખો મીંચી દીધી તો પંખીઓનો કલરવ સંભળાય છે. એ પણ સાંભળી લીધા પછી એમાં રુચિ રહેતી નથી. તો વળી અંદરથી કંઈક અવાજો સંભળાશે, તેમાં મન જવા માંડશે. સાંભળવા માટે તો કાંઈ બેઠા નથી, પણ સંભળાય જ છે તો સાંભળી લીધું. દેખાય જ છે તો જોઈ લીધું.

વણદીઠા જગતને પણ જોઈ લો !

પછી ? તો સ્મૃતિમાં જે વિચારો પડયા છે, જ્ઞાન પડયું છે, અનુભવ પડ્યો છે અને મનુષ્યની કાયામાં જે પૂરો સંસ્કારસંચય છે, તે પોતાનું માથું ઊંચકે છે. માણસ એ કોઈ પ્રાકૃત પશુ તો નથી. એ તો સંસ્કૃતિનું સંતાન છે. તો સંસ્કારો ઊમટે છે. કયારેક ફિલ્મની જેમ દેખાશે, તો કયારેક શબ્દાત્મક સ્વરૂપે આવશે. આવે તો ભલે આવે. જે કંઈ સામે આવે તેને જોઈ લીધું. એને ઉપાધિ ના સમજવી, વિઘ્ન ન માનવું. જે અંદર સંસ્કારરૂપે નસેનસમાં ભર્યું પડયું છે તે ભલે સામે આવે.

શરત માત્ર નિર્વિકારિતાની

એને જોઈ લેવું. પણ નિર્દોષ દૃષ્ટિપૂર્વક એને જોવું. નિર્દોષ એટલે Non-reactional attention–પ્રતિક્રિયામુક્ત અવધાનપૂર્વક જોવું. એની વ્યાખ્યા કરવા કે એનું મૂલ્યાંકન કરવા ન બેસવું. એના સ્વીકાર-અસ્વીકારમાં ન પડવું. જેવું સામે આવ્યું તેવું જોઈ લીધું. જો તમારું અવધાન આવું નિર્દોષ હશે તો એ દશામાં એક અત્યંત મંગળ પર્વ ઘટિત થાય છે. અંદર જાતજાતના સંસ્કાર પડયા હોય છે, ભૂતકાળ પડયો હોય છે, પ્રારબ્ધ પડયું હશે. તો प्रारब्धस्य भोगात् एव क्षयः—પ્રારબ્ધનો ક્ષય થાય છે. આ હું ભારે સાહસપૂર્વક

કહી રહી છું. પરંતુ શરીર શુદ્ધિ થઈ, હેતુ સાફ થયો, અને કર્તા–ભોક્તા–દ્રષ્ટા ભાવથી અલગ થયાં, હજી એ ભાવ વિરમ્યો નથી, તો આ અવધાનમાં જે અચેતન અવચેતન છે તે એક વાર સામેથી પસાર થઈ ગયા પછી સતાવતો નથી. ભૂતકાળ સતાવતો નથી. તમે એ જોઈ લીધો એટલે એ નષ્ટ નથી થતો. આ કેવી રીતે બન્યું? લાકડામાં અગ્નિ તો હતો જ, લાકડાને સળગાવ્યું અને એની રાખ બની. અગ્નિને તો હાથમાં લઈ શકાતો નથી, પણ એ રાખ બની, ભભૂત બની તો એને આખા શરીરે લગાડી દો, કોઈ જોખમ નથી. એ જ રીતે તમારો આખો ને આખો ભૂતકાળ તમારી નજર સામે કુશા જ પ્રત્યાઘાત ઊઠ્યા સિવાય અવધાનના પ્રકાશમાંથી પસાર થઈ ગયો. એ પડચો રહે છે, પણ સતાવતો નથી. મતલબ કે તમારા વ્યવહારમાં એ તમારા ઉપર સવાર નથી થઈ જતો. આજે તો એ તમારા ઉપર ચઢી જાય છે. કોઈએ તમને દુઃખ દીધું છે, વિના કારણ તમારું અપમાન કર્યું છે, નુકસાન પહોંચાડવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. એ વ્યક્તિ જો સામે આવી જાય તો જોતાંવેંત અંદર કંઈ કંઈ થઈ જાય છે. ચિત્તમાં ઉદ્વેગ, વિહ્‌વળતા પેદા થઈ જાય છે. ક્ષોભ આવે છે, કષાય થાય છે. એને જોવા માત્રથી જ અંદરની શુદ્ધિ જોખમાય છે. પછી એની સાથેના વ્યવહારમાં તો એની વાતો સાંભળીને સામે જવાબ પણ દઈશું. ત્યારે અંદર જે કાંટો પડચો છે તે વ્યવહારમાં વ્યકત થયા સિવાય રહેશે નહીં. કદાચ બોલવામાં એ નહીં આવે તો તમારી દૃષ્ટિમાં વ્યક્ત થશે, અવાજમાં વ્યકત થશે, તમારા હાવભાવ-માં એ દેખાઈ જશે. આમ આપણને ભૂતકાળ સતાવે છે.

કાલે જે થઈ ગયું તે ભૂતકાળ. એક વર્ષ પહેલાં જે થઈ ગયું તે ભૂતકાળ! હજારો વર્ષો પહેલાંનો પણ ભૂતકાળ!

પ્રારબ્ધ ભોગવવા છતાં તેનાં સુખદુઃખ અડતાં નથી

આજે ગુજરાતમાં અનામતનો પ્રશ્ન લઈને જે કાંડ ચાલી રહ્યો છે તેમાં પછાત વર્ગના લોકોના મનમાં સવર્ણોના અત્યાર સુધીના વ્યવહાર અંગેની જે સ્મૃતિ પડી હતી, જે કટુતા અંદર પડેલી હતી તે આજે ઊભરાઈ ઊઠીને બદલો લેવા તૈયાર થઈ છે. અવ્યવહાર થયો છે એમની સાથે, એનો તો કોઈ ઇન્કાર કરી શકે તેમ નથી. તો આજે તક મળી છે. સો દહાડા સાસુના તો ચાર દહાડા વહુના! મનુષ્યના જીવનમાં આવું ચાલ્યા કરે છે. એટલે હું કહું છું કે જ્યારે તમારા અવધાનના અજવાળામાંથી એ ભૂતકાળ પસાર થઈ જાય છે, પછી ભલેને એ અંદર પડ્યો રહે, તોય સતાવતો નથી. એટલે કે તમારા વ્યવહારને દૂષિત નથી કરતો. The perception and the responses are no more polluted by the past. આ જ તો છે purification of perception. દર્શનનું શુદ્ધીકરણ અને પ્રતિભાવોનું પણ શુદ્ધીકરણ. આ જ રીતે એ બધા મેલ ધોવાશે. બીજો કોઈ રસ્તો નથી. ગુસ્સો તો ચઢ્યો હશે અને તમે સામેની વ્યક્તિને કહેશો, "મને ગુસ્સો આવ્યો છે, પણ હું તારા પર ગુસ્સો નહીં કરું. તું જરા બે મિનિટ ઊભો રહે!"—આવું તો કંઈ આપણે કહી શકતા નથી.

ખેર! તો સ્થિરતાપૂર્વક બેઠા અને ભીતર સ્મૃતિના રૂપમાં, જ્ઞાનના રૂપમાં, અનુભવોના રૂપમાં જે કાંઈ દેખાય તેને રોકશો મા. આ મને ગમ્યું અને આ ના ગમ્યું—

એમાંય ના પડશો. નહીંતર એ તમને બાંધી લેશે. રાગ પણ બાંધે છે અને દ્વેષ પણ બાંધે છે

આપણી સાચી પ્રતિમાને ઊપસવા દઈએ

કર્તાભોક્તા ભાવમાં આખા દિવસનો વ્યવહાર થાય છે, ત્યારે પ્રત્યેક કર્મમાં અહંકારને શક્તિ મળે છે, પોષણ મળે છે. અહંકાર તો દુઃખમાંથીય પોષણ મેળવે છે, સુખમાંથી તો ખેર, એ લે છે જ. સન્માનમાંથી પણ મેળવે છે અને અપમાનમાંથી પણ મેળવે છે. એમાં અપમાન પર જોર નથી, 'મારા' પર જોર છે. અને ગુણવિશિષ્ટ પર-'હું" જ્ઞાની! 'હું' પૈસાદાર, 'હું' વિદ્વાન, 'હું' પંડિત! 'મારુ" અપમાન! શું સમજી બેઠો છે એના મનમાં? મતલબ કે જોર બધું 'મારા' પર છે. 'અરે ભાઈ, હું તો ખૂબ માંદો પડી ગયો!...' અને પછી જોજો, માંદગીનું કેટલા રસપૂર્વક વર્ણન થાય છે તે! દવાખાને લઈ જવો પડ્યો, પછી તો આ કર્યું ને તે કર્યું; આટલું ખર્ચ થયું વગેરે કથા પચાસ માણસો પાસે પાંચ મહિના સુધી ચાલતી રહે છે. વારંવાર એકની એક વાત! હવે જો આ કહેવામાં રસ ના પડતો હોય તો કોઈ માણસ કહે ખરો? પણ એ તો કીધે જ રાખે છે. વળી દવાખાનાના ખાટલે પડ્યા પડ્યા એ ગણતરી કરતો રહે છે કે ફલાણી વ્યકિત મારી ખબર કાઢી ગઈ, પણ પેલો તો ન આવ્યો તે ન જ આવ્યો. એ તો છે જ એવો! એ નહીં આવે! —અને આમ ધીરે ધીરે એ નિંદારસમાં ઊતરી જાય છે.

આપણી ભીતર આ બધા દોષો પડેલા છે, ક્ષુદ્રતા પડેલી છે. એકવાર એને જોઈ લીધા પછી, વ્યવહારમાં કદી કોઈ સામેની વ્યકિત આપણા એ દોષ સામું આંગળી ચીંધે કે

એની ટીકા કરે તો આપણને દુઃખ નહીં થાય, કારણ કે આપણે એ પહેલેથી જ જોયેલું છે. આમાં એક મોટી મુક્તિ છે. આવી વ્યક્તિ પછી આત્મવંચના નથી કરતી. જેણે પોતાની જાતને બરાબર જોઈ-તપાસી લીધી છે તે કદી આત્મછલના કરી શકતી નથી. પેલો વ્યવહારનો અહંકાર આ આંતરિક અવલોકન પર્વમાં માથું ઊંચકી શકતો નથી. તમે શાંતિથી બેઠા છો અને તમારી સમક્ષ અંદરનું વિશ્વ પોતાના એક પછી એક બધા પડદા ખસેડતું ચાલ્યું જાય છે, તેમાં પેલા અહંને પુષ્ટ થવાની કોઈ તક જ મળતી નથી. અહીં તો તમે જેવા છો તેવા દેખાશો, દર્પણની જેમ! એટલે અહં માટે એ તથ્યોનો સાક્ષાત્કાર છે. The I-consciousness is exposed to its own factual content. અત્યાર સુધી તો દુનિયાએ આપણને મૂલવ્યા. માએ કહ્યું કે દીકરો હોશિયાર છે, બાપે બીજું કાંઈ કહ્યું, શિક્ષકોએ, મિત્રોએ, પાડોશીએ—સૌએ કાંઈ જુદું જુદું કહ્યું અને આપણી એક પ્રતિમા બની. અને એ પ્રતિમાઓની ટોપલી માથા પર લઈને ચાલ્યા. અને જેમને જે પ્રતિમા પ્રિય છે તે એમની સમક્ષ રજૂ કરી. પછી આપણે પોતે તો પ્રતિમા પાછળ સંતાઈ ગયા. આ છે આપણા માનવીય સંબંધોનું સ્વરૂપ. We hardly meet one-another. એકબીજાને મળવાની આપણી હિંમત જ થતી નથી. આપણે મળવાનું ટાળ્યા કરીએ છીએ. સામેની વ્યક્તિને કયું રૂપ ગમશે, તે રૂપે આપણે સામે હાજર થઈએ છીએ. સામેની વ્યક્તિ પણ એ જ ધંધો કરે છે. આમ સામસામી પ્રતિમાઓ—images પ્રસ્તુત થતી રહે છે, સાચો માણસ કદી રજૂ

થતો નથી. બંને વચ્ચે એક અવ્યક્ત અંતર રહી જાય છે, પરિણામે એમનું સહજીવન શક્ય નથી બનતું. સહઅસ્તિત્વ છે, સહજીવન નથી.

આત્મવંચના માટે કશું કારણ રહેતું નથી

પરંતુ જ્યારે તમે તમારી જાત સાથે બેસો છો ત્યારે તમારું અંતર સામે સાવ ખુલ્લું થઈ જાય છે; ત્યારે પેલી પ્રતિમાઓ ચૂરચૂર થઈ જાય છે. પછી જ્યારે કોઈ કહે કે મોટો આવ્યો શાંત સ્વભાવનો! ત્યારે હવે તમે તો તમારી અંદરનો ગુસ્સો જોઈ લીધો છે એટલે તમારી જે 'શાંત પ્રતિમા' હતી તે તૂટી. તમે કદી કોઈનું બૂરું ઇચ્છતા નથી એવી એક image તમારી બની ગઈ છે, પરંતુ તમે અંદર ખંખોળ્યું તો તમને દેખાયું કે અંદર તો કોઈકનું બૂરું થાય તેવી ઇચ્છાઓ જાગી હતી, ભલે પછી એ કોઈને કહી નહોતી. કહેવાની શી જરૂર છે? તમારા મનમાં આવી, શબ્દનું રૂપ ધારણ કર્યું તો આખા આકાશને એ વાતની ખબર પડી ગઈ. કારણ કે Thouht is a matter that emanates from you–વિચાર રૂપી પાર્થિવ દ્રવ્ય જે તમારી અંદર ઊઠ્યું તે આખા અંતરીક્ષમાં સ્પંદનરૂપે ફેલાઈ જાય છે. Thought is a matter that has vibrational existence–વિચાર જેવો અંદર જાગે છે તેવો તરત જ તમારા હાડમાંસને ચીરીને બહાર નીકળી જાય છે, આકાશમાં સમાઈ જાય છે. એટલે તમારી બધી પ્રતિમાઓ ભાંગીને ભુક્કો થઈ જાય છે, અને તમારી જે નગ્ન પ્રતિમા છે, તમારું નર્યું નીતર્યું જે અસ્તિત્વ છે તે ખડું થઈ જાય છે. You are denuded of images and you are left with your pure

existence as it is. હવે તો તમે અફલ જેવા છો તેવા જ રહી ગયા. હવે આત્મવંચના, આત્મછલના શક્ય જ ના રહી. કોઈ ગમે તે કહે, તમને પોતાને તો ખબર જ છે કે તમે કેવા છો !

ટાપુઓની પારસ્પરિકતા

આવી રીતે પોતાની પ્રતિમાઓ ઊભી કર્યા કરવાનો જે પૂરા સમયનો ધંધો છે તે બંધ થઈ જાય છે. પછી તો બીજાની વાતો સાંભળવાનો, બીજાની આંખોમાં ડોકિયું કરવાનો સમય મળે છે. અત્યારે તો આપણે આપણી સાથે જ એટલા બધા વ્યસ્ત અને વ્યગ્ર રહીએ છીએ કે વળી ક્યારેક આપણી કલ્પનાઓમાં મસ્ત રહીએ છીએ. પરન્તુ બીજા કોઈને જોવા, સાંભળવાનો આપણી પાસે સમય જ રહેતો નથી. એટલા માટે જ કોઈ લેખકે કહ્યું છે કે "Every human being is an island". બધા અલગ અલગ ટાપુ છે. અને જીવનના સાગરમાં એ બધા ટાપુઓ તરતા રહે છે. પરંતુ એ ટાપુઓની વચ્ચે કોઈ સેતુ નથી. ક્યારેક આ ટાપુઓ અથડાઈ જાય છે ત્યારે જ એકબીજાના અસ્તિત્વની ખબર પડે છે. બાકી તો સહુ પોતપોતાના અસ્તિવમાં જ ઊંડા ડૂબેલા છે. પરંતુ પોતાના વિશેની ભ્રાન્તિ જ્યારે તૂટી જાય છે ત્યારે માણસ હળવોફૂલ થઈ જાય છે. પછી જે નથી તે દેખાડવાનો નિરર્થક પ્રયાસ શાંત થઈ જાય છે, જે છે તેને છુપાવવાનો વ્યર્થ પ્રયાસ શમી જાય છે. આવી વ્યક્તિમાં એની હલનચલનમાં અને એની દૃષ્ટિમાં નિર્દોષતા, નિખાલસતા અને પ્રાંજલતા ટપકવા મંડે છે. હવે તમે મને કહો કે હજી મુકામે તો આપણે પહોંચ્યા નથી પણ કોઈક વચલા પડાવે જ

આટલી ઘટના સર્જાય છે તો તે માનવજાતિની શું ઓછી સેવા છે?

છેવટે શૂન્યતાના પ્રદેશમાં પ્રવેશ

આટલી ઘટના બાદ અંદર એવી જગ્યાએ પહોંચીએ છીએ જ્યાં કેવળ શૂન્ય છે—જે સાદિ હતું, સાન્ત હતું. With a beginning and with an end. જે કંઈ સંસ્કારો હતા, Conditionings હતાં, તે બધાં જોઈ લીધાં. કારણ કે તે મર્યાદિત હતા. હવે તો ભીતર કેવળ એક શૂન્ય જ વિરાજમાન છે. તો આવી રીતે કર્તાભોક્તામાંથી દ્રષ્ટા અને દ્રષ્ટુત્વની સ્થિરતામાંથી શૂન્યતા સુધીની એક લાંબી યાત્રા આજે આપણે સાથે કરી. એને તમે જો કેવળ શબ્દરૂપે જ જો સાંભળી હશે તો એ એક બૌદ્ધિક વિષય બની જશે. કેવળ બુદ્ધિરંજન–મનોરંજન. પરંતુ એક વ્યક્તિ પોતાના જીવનના નિષ્કર્ષને શબ્દોની પ્યાલીમાં ભરી ભરીને પીવડાવી રહી છે તે દૃષ્ટિએ જોયું હશે તો અંતરના શૂન્ય સુધીની એક દીર્ઘયાત્રા આજે આપણી થઈ ગઈ.

જેવી રીતે બહાર આકાશ અને શૂન્યતા છે તેવી રીતે આપણા એકેએક Blood અને Brain cellsમાં, નાનાં નાનાં રક્તકણો, અણુ-પરમાણુ, હાડ-માંસમાં એ શૂન્ય અને આકાશ ભર્યું પડ્યું છે, જેની હસ્તીનું આપણને ભાન સુધ્ધાં નથી. આપણને ગતિની ખબર છે, પણ આપણી સ્થિતિની ખબર નથી. આજે આપણે સ્થિતિનો સાક્ષાત્કાર કર્યો. શબ્દથી વેગળા થઈને મૌનની જે નાદમુક્ત અવસ્થા છે તેનો સાક્ષાત્કાર કર્યો. આ જ અવસ્થામાં સાધકને પદાર્થોથી દૂર એવા એક અવકાશનો, શૂન્યનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. આંખો ખૂલી હોય તો પણ એની નજર કોઈ

પદાર્થને અડતી નથી. એવા શૂન્યની સાથે આપણો સંબંધ બંધાય છે.

આજે આપણા જીવનમાં અસંતુલન અને અપૂર્ણતા છે કારણ કે શબ્દની સાથે સંબંધ છે, મૌનની સાથે નથી. ગતિમુક્ત એવી આપણી મૂળ સત્તા સાથે સંબંધ નથી. નાથ સંપ્રદાયમાં આ શૂન્યની સાથે સંબંધ સ્થાપિત કરવા માટે અને શૂન્ય સાથે બંધાયેલા એ સંબંધ સાથે જીવવા માટેનું વિશેષ સ્પષ્ટીકરણ શિવસંહિતા, ગોરક્ષસંહિતા જેવા ગ્રંથોમાં કરવામાં આવ્યું છે.

તો શૂન્યમાં પણ જીવન છે. હું તો કહેવા જતી હતી કે શૂન્યમાં જ જીવન છે. પણ આજે તમે મારી વાત નહીં માનો. છેલ્લે દિવસે આ "પણ" ને બદલે "જ" મૂકી દઈશ. આજે તો શૂન્યમાં જીવનની સત્તાનું જે સ્વરૂપ છે તેનો સ્પર્શ આ અવસ્થામાં થાય છે ત્યાં સુધી આપણી યાત્રા પહોંચી છે.

[૧-૨-૮૧, મધ્યાહ્ન બેઠકમાં]

વ્યાખ્યાન બીજું

વ્યક્તમાંથી શૂન્ય સુધીની યાત્રા

આપણી યાત્રામાં હવે આગળ વધવાનું છે. જવાનું છે વધુ ઊંડાણમાં અને વધુ વિશદતામાં.

વ્યક્ત સૃષ્ટિ : માનવ પુરુષાર્થનું ક્ષેત્ર

જીવનમાં વ્યક્ત સૃષ્ટિ છે. જેનું સર્જન થયું છે તેવી એક વ્યક્ત સૃષ્ટિ. વ્યકત થવું એટલે કે દેશ અને કાળની પકડમાં આવવું. જે કાંઈ વ્યકત થયું, તેનું પોતાનું એક વ્યક્તિત્વ નિર્માણ થયું. એકમેકથી નિરાળું, વેગળું એવું એનું એક સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ થયું. સત્તા એક છે, અનાદિ છે, પણ વ્યકતસૃષ્ટિમાં એનાં વિવિધ નામ, રૂપ અને આકાર જોવા મળે છે. જેવી રીતે પાણી પર મોજાં લહેરાય છે તેવી રીતે આત્મસત્તા પર આ વિવિધ રંગ, રૂપ, આકાર

ધારણ કરનારી પૃથકતા છે. જેને આંખો જોઈ શકે, કાન સાંભળી શકે, હાથ સ્પર્શી શકે, નાક સૂંઘી શકે, એવી એક છે વ્યક્ત સૃષ્ટિ. ભારે જબરો પસારો છે એનો. એમાં એટલી બધી વિવિધતા છે, અનેકતા છે, અસંખ્યતા છે, અપૂર્વતા છે કે વાત ના પૂછો ! રોજ ખીલનારાં ફૂલ કદીય એકબીજાં-ની નકલ નથી કરતાં. દરેકનું પોતાનું સ્વતંત્ર વ્યક્તિત્વ છે. વરસોવરસ વરસનારાં વાદળ કદીય વાસી પાણી નથી વર-સાવતાં. એકદમ તાજું–નરવું જલ એ વરસાવે છે ! અપાર્થિવ જળનો અભિષેક આપણા સૌ પર એ કરે છે. રોજેરોજ દર્શન દેનારા આ રવિરાજનાં રશ્મિ સદાય નિત્ય નૂતન, તાજેતાજાં. ગઈકાલનાં પુરાણાં કિરણ કદીય સાથે નથી લાવતો. જીવનનિર્માણની, નિર્મિત જીવનને પોષવાની, પુષ્ટ જીવનને સંરક્ષવાની શક્તિ આદિત્ય નારાયણનાં કિરણો-માં છે. એ ચિરનૂતન છે. અને આ વસુંધરા ? પોતાના અંતર્વિશ્વને એ સતત પ્રગટ કરતી રહે છે. એ ઋતંભરા વસુંધરા નિત્યનૂતન છે. 'प्रतिक्षणं नवनवतामुपैति...' એમાંથી નીપજતો ચોખાનો દાણો કદીય બીજા કોઈ દાણાની નકલ નથી કરતો. બીજા કોઈ દાણાની એ કાર્બન કૉપી, પ્રતિકૃતિ નથી હોતો. તો પૃથકતા, ભિન્નતા, અલગ અસ્તિત્વ— આ બધામાં એક પ્રકારની તાજગી છે. કારણ કે આપણી આત્મસત્તા પર ઊઠનારા એ બધા ઉન્મેષ છે. આ એક એવી વ્યક્ત સૃષ્ટિ છે, જેમાં આપણને મળેલા આ દેહ દ્વારા આપણી ઇંદ્રિયોની મદદ લઈને આપણે સુંદર, સમ્યક્, ભદ્ર, સુરુચિપૂર્ણ વ્યવહાર કરી શકીએ છીએ. આ વ્યક્ત સૃષ્ટિ એ મનુષ્યના પુરુષાર્થનું વિશ્વ છે, ક્ષેત્ર છે.

પૃથ્વીને, કુદરતને, વૃક્ષને, પશુપંખીને ઓછામાં ઓછું કષ્ટ આપીને આપણું ભરણપોષણ કેવી રીતે કરવું તે આપણા સતત સંશોધનનો વિષય બનવો જોઈએ. ધરતી, આકાશ, જળ–પહાડ આ બધાં પ્રભુની વિભૂતિ પ્રગટ કરનારાં પંચમહાભૂત છે. એમનું લેશમાત્ર અપમાન કે ઉપેક્ષા કર્યા સિવાય, એમના સાથસહકારથી કેવી રીતે જીવી શકાય તે મનુષ્યના પુરુષાર્થનો વિષય છે.

આ બાબતમાં માણસે હજી શીખવાનું બાકી છે. સહયોગ અને સંવાદનું સંગીત હજી ખૂટે છે. આજે તો એણે કુદરતને પોતાની પ્રતિપક્ષી માની લીધી છે. કુદરતથી એ ડરે છે એટલે આજે મનુષ્યજાતિ અને પ્રકૃતિ વચ્ચેનો સંબંધ પારિવારિક નથી. મૈત્રીનો, સહયોગનો, સંવાદનો સંબંધ નથી. આપણે એ જોવા પામીએ કે ન પામીએ પરંતુ, એક દિવસ એવો જરૂર આવશે જ્યારે આ ધરતી પર મનુષ્ય અને નિસર્ગ વચ્ચે, મનુષ્ય અને પશુપંખી વચ્ચે, મનુષ્ય અને વનસ્પતિ સૃષ્ટિ વચ્ચે અદ્વૈતના ભાન સાથે સંવાદ–સહયોગનું સંગીત ગૂંજી ઊઠશે. સમસ્ત માનવજાતિએ આ વાત પર આવવું પડશે.

તો આ છે પુરુષાર્થ. પોતાના કર્તા અને ભોક્તા ભાવને જાગ્રત રાખીને આ ક્ષેત્રમાં મનુષ્યે સંચાર કરવાનો છે, વિહાર કરવાનો છે. અસંખ્ય વિષયો રૂપે, પદાર્થો રૂપે પ્રગટ થયેલા જે જીવનવિભુ, જીવનપ્રભુ નારાયણ છે, તેમની ઇંદ્રિયો દ્વારા આરાધના કરવાની છે, સેવન કરવાનું છે, કૃતજ્ઞતાપૂર્વક અર્ચના કરવાની છે. આ છે મનુષ્યના પુરુષાર્થનું ક્ષેત્ર, વ્યક્ત ક્ષેત્ર!

પરંતુ એક અવ્યક્ત સૃષ્ટિ પણ છે. વ્યક્તની ભીતર અવ્યક્ત છુપાયેલું છે. અવ્યક્ત એટલે એ ઇંદ્રિયોની પકડમાં આવતું નથી. ઇંદ્રિયો જ્યાં પહોંચી શકતી નથી એવી એ અવ્યક્ત સૃષ્ટિ છે. વિચાર, વિકાર, ભાવના, સંવેદના, વાસના, આકાંક્ષા વગેરે અવ્યક્ત સૃષ્ટિમાં દાખલ થવાનાં અનેક દ્વાર છે. એ અવ્યક્ત છે પણ અનંત નથી. અવ્યક્ત હોવા છતાં એ મર્યાદિત છે. મનુષ્યનો અવ્યક્ત ક્ષેત્રમાં, અતીન્દ્રિય જગતમાં પ્રવેશ થઈ શકે છે, પરંતુ તે સ્થૂળ ઇંદ્રિયો દ્વારા નહીં, સૂક્ષ્મ ઇંદ્રિયો દ્વારા તેમાં દાખલ થઈ શકાય છે. કઈ છે આ સૂક્ષ્મ ઇંદ્રિયો ?

વિચાર અને ભાવના બંનેનો અર્ક જેમાં સમાયો છે તે 'ભાવ' સૂક્ષ્મ ઇંદ્રિય છે. અવ્યક્ત જગતમાં વિહાર અને સંચાર કરવા માટે ભાવકાયાનું નિર્માણ કરનારાં અનેક શાસ્ત્ર આ દેશમાં છે. અવ્યક્તમાં જે અનેક ચમત્કારો પડેલા છે તેને જોવા માટે ભક્તિશાસ્ત્ર, સંગીત-શાસ્ત્ર, મંત્રશાસ્ત્ર, તંત્રશાસ્ત્ર જેવાં શાસ્ત્રો છે, જે ભાવના-બીજને જાગૃત કરી સાધના કરવા માટે મદદરૂપ થાય છે. વ્યક્ત સૃષ્ટિમાં પણ શું આવાં સાહસો નથી થતાં ? કોઈ સાગરને તળિયે નવસો, હજાર ફૂટ નીચે ઊંડો ઊતરી જાય છે, કોઈ આકાશમાં તો કોઈ વળી space માં. કોઈ ચંદ્ર પર ઊતરે છે. કોઈ માઉન્ટ એવરેસ્ટ પર તો કોઈ ઘનઘોર જંગલમાં. આ બધાં વ્યક્ત ક્ષેત્રનાં સાહસો છે. તેવાં જ અવ્યક્ત ક્ષેત્રનાં સાહસો કરવાની પણ મનુષ્યમાં એક સહજ પ્રવૃત્તિ છે. એના પણ કાંઈ વિધિવિધાન છે, શાસ્ત્ર છે.

અવ્યક્તમાં પણ નશાની ચઢ-ઊતર

બાહ્ય જગતની જેમ અવ્યક્ત જગતમાં પણ દ્રષ્ટાભાવ, દ્રષ્ટુત્વ, સાક્ષિત્વ મદદ કરી શકે છે. જેવી રીતે વ્યક્ત જગતમાં ઇંદ્રિયેાની મદદ લઈને કર્તા–ભેાક્તા ભાવે જીવી શકાય છે, તેવી રીતે આપણી ભીતરના અવ્યક્તને જીવવા માટે પણ દ્રષ્ટાભાવ મદદ કરે છે. પરંતુ 'અવ્યક્ત અનંત નથી, અનાદિ પણ નથી. એ તેા સાદિ છે અને સાન્ત છે. It has had a beginning and it can have an end. એમાં તેા છે તમારી સઘળી અતીન્દ્રિય શક્તિ, અનુભૂતિએા અને સિદ્ધિએા. વ્યક્ત અને અનંત વચ્ચેની અવ્યક્ત સૃષ્ટિનેા આ બધેા સંસાર છે. હા, એ સંસાર છે. કારણ કે એક વાર અતીન્દ્રિય શક્તિએાને જગાડશેા, અતીન્દ્રિય અનુભૂતિએાને પ્રાપ્ત કરશેા તેા એ બધી ક્રિયાએાના સંસ્કાર ભીતર અંકિત થઈ જશે

પ્રાપ્ત કરવાની પ્રત્યેક ક્રિયા એક નવેા કર્મબંધ ઊભેા કરે છે. જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની ક્રિયા શબ્દબંધ પેદા કરે છે અને અનુભૂતિ મેળવવાની ક્રિયાએા, શક્તિ જાગૃત કરવાની ક્રિયાએા કર્મબંધ પેદા કરે છે. કારણ કે શક્તિ જાગૃત કર્યા પછી એનેા ઉપભેાગ અટલ છે અને અવશ્યંભાવી છે. એ ચેન પડવા દેતી નથી. શક્તિએાને જગાડવી તેા સહેલી છે, મિત્રેા ! પણ એનેા ઉચિત ઉપયેાગ કરવા જેટલેા સંયમ રહેતેા નથી. શક્તિએાની જાગૃતિ માણસને એક માદક અવસ્થામાં લઈ જાય છે. અતીન્દ્રિય અનુભૂતિએા થયા બાદ મનુષ્યના શરીરમાં એક પ્રકારનેા નશેા પેદા થાય છે. એ નશામાં એ વ્યક્તિ તેા ઝૂમે જ છે, એની આસપાસના પણ ઝૂમવા લાગે છે. એક પ્રકારની મસ્તી હેાય છે. જેવી રીતે

વ્યક્તમાં ઇન્દ્રિયો દ્વારા મળનારાં સુખોનો એક નશો હોય છે, તેવો જ નશો આ અવ્યક્ત જગતનો હોય છે. વ્યક્ત જગતનો એ ઉપકાર છે કે ઇન્દ્રિયો દ્વારા પ્રાપ્ત કોઈ પણ સુખ ઝાઝું ટકતું નથી. એ અલ્પજીવી છે, નશ્વર છે, ક્ષણભંગુર છે. હજી હમણાં જમ્યા, સુખ પ્રાપ્ત થયું. પણ છ કલાક પછી ફરી પાછી ભૂખ લાગશે. આ જ ઇન્દ્રિયો દ્વારા ફરી પાછું એનું એ સુખ મેળવવાની ઇચ્છા થશે. એના પુનરાવર્તનની જરૂર કાયમ ઊભી રહે છે. એ સુખની સાથે દુઃખ પણ જોડાયેલું છે. આહારવિહારમાં થોડુંક અમથું વત્તુંઓછું કે આમતેમ થઈ ગયું તો સુખની સાથોસાથ દુઃખ પણ આવે છે. અવ્યકત જગતમાં પોતાના જ પિંડમાં છૂપેલી અથવા તો પિંડની બહાર બ્રહ્માંડમાં સુપ્ત શક્તિઓને જગાડી એની સાથે સંબંધ બંધાશે, અનુભૂતિઓ થશે તો એનો પણ એક નશો ચઢશે, ઉન્મત્ત અવસ્થા પ્રાપ્ત થશે. ગાંજા, ચરસ, શરાબ લીધા વગર એક ઉન્મત્ત અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. એક પ્રકારની મસ્તી હોય છે. લોકો આ મસ્તીને અધ્યાત્મ સમજી બેઠા છે, એ દુર્ભાગ્ય છે.

આત્મસત્તામાં (સમ્યક્ અવસ્થા) સંતુલનનું સ્વાસ્થ્ય

આત્મસત્તામાં મસ્તીની વિકૃતિ નથી, ત્યાં તો સંતુલનનું સ્વાસ્થ્ય છે. ત્યાં સુખદુઃખનું દ્વંદ્વ નથી. ત્યાં તો આનંદની નિરામયતા છે. આ તો સાધકોની જાણકારી માટે કહી દીધું કે વચમાં આ અવ્યકત પણ પડેલું છે. વ્યકત અને અનંતની વચ્ચે એક અવ્યકત સૃષ્ટિ પડેલી છે. જેવા તમે આંખ મીંચીને મૌનમાં શાંતિપૂર્વક બેસો છો અને પછી જ્યારે દૃશ્યો દેખાતાં બંધ થઈ જાય છે કે તમે પહોંચ્યા અવ્યકત જગતમાં.

તમે ત્યાં જોતા નથી અને કશું દેખાતું પણ નથી, એવી શૂન્ય અવસ્થા થઈ જાય. એવા શૂન્યમાં તમે પ્રસન્નતાપૂર્વક સ્થિર થઈને બેસો તો શરીરની સુપ્ત શક્તિઓ જાગૃત થશે. સાથોસાથ મન-બુદ્ધિની પણ સુપ્ત શક્તિઓ જાગી ઊઠશે. વ્યવહારમાં તમને પોતાને અને બીજા લોકોને પણ આ શકિતનું ભાન થવા માંડે છે. શૂન્યમાં આ શકિતઓ જાગૃત થાય છે કારણ કે તમારી ભીતરનું શૂન્ય અને બહારનું શૂન્ય એ જુદું રહેતું નથી, એકાકાર થઈ જાય છે. જ્યારે તમે કર્તાભોકતા ભાવે સહજતામાં બેઠા છો, દશ્યો પણ દેખાતાં નથી એટલે દ્દષ્ટા પણ શાંત છે એવા સંજોગોમાં બહારનો અને અંદરનો અવકાશ જે પહેલેથી જ એક હતો; હવે તેની એકતા ઓલકી થવા માંડે છે. બ્રહ્માંડમાં છવાયેલા શૂન્યમાં સમાયેલી શક્તિઓ વ્યક્તિની અંદર કામ કરવા માંડે છે. જે વ્યકિત મૌનમાં દિવસો સુધી, મહિનાઓ સુધી, વર્ષો સુધી બેઠી છે તે વ્યક્તિની સાથે તમે વાતચીત શરૂ કરશો તો તમે જે કંઈ પ્રશ્ન પૂછશો, તેના જવાબ તેની પાસે હશે. પછી ભલેને એ સાવ અભણ હોય. એણે તો જન્મારે કદી હાથમાં ચોપડી સુદ્ધાં પકડી નથી, છતાંય કયાંથી આવ્યું આ બધું ? એક માત્ર કારણ કે પિંડની બહારના શૂન્યમાં અને ભીતરના શૂન્યમાં એણે જીવવાનું શરૂ કર્યું. શૂન્ય એ કંઈ રિકત નથી, ખાલી નથી. એ empty નથી, Void છે. શૂન્યમાં ઊર્જાઓ પડેલી છે. Innumerable currents of energy contained in the space outside of you and within you. તો બંનેનું મિલન છે. એટલા માટે એ વ્યકિતને કાલે બનવાની ઘટના આજે દેખાવા માંડે છે.

આઘે આઘે કોઈ સગુંવહાલું રહેતું હોય અને એના જીવનમા કંઈ અવનવું બનવાનું હોય તો તે આને દેખાવા માંડે છે. આ વ્યક્તિની ચેતનામાંથી દેશ અને કાળનું અંતર જ જાણે વિસર્જિત થઈ જાય છે.

" सर्व शून्यांचा निष्कर्षु ता हा नाथपंथीचा दंशु ".

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા પર 'ભાવાર્થ દીપિકા' નામની ટીકા લખી. તમે સૌ તો જાણો છો કે મહાષ્ટ્રમાં વૈષ્ણવ પંથના મધુરાદ્વૈતના પ્રથમ આચાર્ય સંત જ્ઞાનેશ્વરના જીવનમાં નાથપંથ, અવધૂતપંથ, અદ્વૈત, ભક્તિ– આ બધાંયનું એક સુમધુર, અવર્ણનીય એવું સંમિલન, સમન્વય હતો. તેઓ કહે છે કે 'જ્યારે બંને શૂન્ય એકાકાર થઈ જાય છે ત્યારે બંને શૂન્યોના નિષ્કર્ષ દશેદશ ઇન્દ્રિયોમાં પ્રગટ થવા માંડે છે. આ નાથપંથીનો "દંશુ" એટલે કે મર્મ-રહસ્ય હું કહું છું.' જ્ઞાનેશ્વરના ગુરુ નિવૃત્તિનાથ, નિવૃત્તિનાથના ગહિનીનાથ, ગહિનીનાથના ગેબીનાથ, તેમના ચૌરંગીનાથ અને આમ એમની ગુરુપરંપરા ગોરક્ષનાથથી ઠેઠ આદિ શિવ સુધી પહોંચે છે.

શાશ્વતી અને સમગ્રતા સમાવતી પળ

તો શૂન્યમાં સ્થિર થવું એ મૌનનો અર્થ છે. કર્તા-ભોક્તા-દ્રષ્ટા એમ ત્રણેય ભાવ શાંત થઈ ગયા છે અને મનુષ્ય શૂન્યના અથાગ સાગરમાં પડ્યો છે. પરંતુ આજનો આધુનિક માણસ તો શૂન્યમાં સ્થિર થવા રાજી જ નથી. પહેલો જ પ્રશ્ન એ પૂછવા માંડે છે કે શૂન્યમાં બેઠા પછી શું થશે? શું થશે એટલે કે મને શું મળશે? અરે ભલા માણસ! તારે તો ખતમ થવાનું છે. પણ એ ખતમ થવા રાજી નથી, કારણ કે અહંકાર પડ્યો છે ને! એના પરાક્રમ–

પુરુષાર્થનું ક્ષેત્ર મર્યાદિત છે. એ વ્યકત ક્ષેત્ર તો સમગ્રતાનો ૧/૩ ભાગ પણ નથી. નાનકડું તારું વ્યકત ક્ષેત્ર, એનાથી બહોળું છે અવ્યકતનું ક્ષેત્ર અને તેનાથી વિસ્તીર્ણ છે અનંત! પણ આને તો કેવળ વ્યકત જ વળગેલું છે. 'હું આ કરીશ'—એ હેતુ; 'આ પ્રમાણે મેં કર્યું'—એ કર્મ; 'મને એનો આ બદલો મળ્યો'—એ ફળ! આમ એની ચોચી પર હેતુ, કર્મ અને પરિણામ એ ત્રણેયની પકડ છે.

એ વિચારે છે કે હું મૌનમાં સ્થિર થઈશ તો એનાથી મને શું મળશે? અર્થાત્ એટલે એને મૌનમાં સ્થિર થવું તે કર્મરૂપ, અને એ કર્મના પરિણામરૂપે શું મળે તેનો અંદાજ જોઈએ છે. એક Blue print માંગે છે એ! કેટલા મહિનામાં કેટલું મળશે? બે તોલા, અઢી તોલા? આખું જીવન એનું દુકાનદારી અને સોદાબાજીની ભૂમિકા પર મંડાયેલું છે. એટલે પુરુષાર્થના અંદરના સૌન્દર્ય અને લાવણ્ય સુધી એ પહોંચવા પામતો જ નથી. પેલું પારિજાતનું ફૂલ ભલેને ઘડી બે ઘડીમાં કરમાઈ જતું હોય! નશ્વર હોય! પણ એ એક પળના એના જીવનમાં સંપૂર્ણ જીવનની અમરતા અને સમગ્રતા છવાયેલી હોય છે. What you call a moment, contains the eternity in itself. એને મળી છે માત્ર એક ક્ષણ! પણ એ એક ક્ષણમાં શાશ્વતી અને સનાતનતાની એક ઝલક એ જીવી જાય છે. પેલા સાગરમાં એક તરંગ ક્યારે ઊઠે ને ક્યારે સમાઈ જાય છે તેની કોને ખબર પડે છે? એનું ઊછળવું એ જ સમાઈ જવા બરાબર છે. પારિજાતકના ફૂલનું ખીલવું એ જ કરમાવાનો પ્રારંભ છે. પરંતુ એ

ખીલવા તથા કરમાવામાં જે સૌંદર્ય છે, લાવણ્ય છે તે મિથ્યા તો નથી જ.

તમે કદી વૃંદાવન ગયા છો ? ત્યાંના 'બાંકે બિહારી'ના મંદિરનાં દર્શન કર્યાં છે ? મૂર્તિ આગળનાં પટ ખૂલ્યાં, ના ખૂલ્યાં, ઝાંખી થઈ ના થઈ ને પટ બંધ થઈ જાય છે. નામરૂપની સૃષ્ટિમાં બાંકે બિહારીની કેવળ ઝાંખી જ થાય છે, જેણે જોઈ લીધું તેણે જોઈ લીધું. પળમાં શાશ્વતીને જોવાની વાત છે, નશ્વરતામાં શાશ્વતીને જોવાની વાત છે.

જુગારવૃત્તિ—આધુનિકતાનો અભિશાપ

પણ આજનો આધુનિક મનુષ્ય તો કેવળ વિકૃત પુરુષાર્થની વાતો, સોદાગીરીની વાતો જાણે છે. અરે, શુદ્ધ સોદાગીરી પણ નથી. કેવળ જુગારની વાતોમાં–gambling માં જ એને રસ છે. Political gambling, economical gambling. પુરુષાર્થ પણ કોને કરવો છે ? એમાં પણ મહેનત કરવી પડે છે ! પરિશ્રમને આપણે દુર્ભાગ્ય ગણી લીધું છે. મહેનત કર્યા વગરનાં ધન, સત્તા, સુખ, સ્વાસ્થ્ય જોઈએ છે ! ભક્તિ અને મુક્તિ પણ પરિશ્રમ કર્યા વગર એને જોઈએ છે. જ્યાં સુધી દુકાનદારી અને સોદાબાજી હતી ત્યાં સુધી માણસ કંઈ કે નરવો, ઈમાનદાર અને ખાનદાન હતો. પણ આજે તો એ નરવાઈ અને ખાનદાની ઉપર કુહાડી ચાલી રહી છે. ચારે તરફ જુગાર ચાલી રહ્યો છે. એમાં જે સૌથી મોટો જુગારી હશે, સટ્ટાખોર હશે તે દુનિયામાં સફળ મનાશે, પ્રતિષ્ઠિત ગણાશે. આવા આ સંસારમાં મારું તો આ અરણ્યરુદન છે. ભગવાન વ્યાસની જેમ હાથ ઊંચા કરી કરીને હું ગમે તેટલું કહું, મારું કોઈ સાંભળવાનું નથી.

ખેર, તો પુરુષાર્થ માટે વ્યકતં ક્ષેત્ર છે. પરંતુ પુરુષાર્થ-ના જેટલું જ જીવનનું અગત્યનું અંગ છે સાક્ષિત્વ! એટલે કે કાંઈ પણ ન કરતાં પ્રતિક્રિયામુક્ત અવધાનમાં રહેવું તે. અને ત્યાર પછી જ્યાં સાક્ષિત્વ માટે પણ અવકાશ નથી ત્યાં પ્રપત્તિ એટલે કે શરણાગતિનું મહત્ત્વ આવે છે. જીવનનાં ત્રણ અંગ—વ્યકત, અવ્યકત અને અનંત. પુરુષાર્થ, સાક્ષિત્વ, અને પ્રપત્તિ અથવા તો શરણાગતિ. અવ્યકતમાં કેવળ જોવાનું છે, જે કંઈ થાય તે માત્ર જોવાનું. તમે તો શૂન્યમાં ડૂબકી મારીને બેઠા, હવે શૂન્યને તમારી સાથે જે ખેલ ખેલવો હોય તે ખેલવા દો. જીવનને જે કરવું હોય તે કરવા દો. શકિત પ્રગટ થઈ તો તેને જીવનનો અનુગ્રહ માનો. પણ આપણે તો ત્રાજવાં લઈને બેસીએ છીએ. 'હું તો ત્રણ ત્રણ મહિના મૌનમાં બેઠો તોય બહેન! મને કાંઈ ન થયું અને પેલાને તો બે જ મહિનામાં અનુભૂતિઓ થઈ.' અરે ભાઈ, અહીં પણ હરીફાઈ? હરીફાઈ, અદેખાઈ (સ્પર્ધા ઇર્ષ્યા) એ તો બધો સંસાર હતો અને વ્યકતમાં એ થોડો ક્ષંતવ્ય પણ હતો. કાંઈક ન્યાય્ય હતો. પણ અહીં પણ ઇર્ષ્યા? પોતાને ના મળ્યાનું એટલું દુઃખ નથી, જેટલું બીજાને મળ્યાની ઇર્ષ્યા છે! ઇર્ષ્યા કરવા માટે સત્તા, સંપત્તિ કે પ્રતિષ્ઠા ના મળી તો ઇર્ષ્યાને ઘસડી લાવ્યા અવ્યક્ત ક્ષેત્રમાં. જેમ કે બહેનો એવું નથી કરતી? સંસારની વાતોને એ મંદિરમાં લઈ જાય છે ને? મંદિરમાં જઈને એક વાર ભગવાનને ફૂલ-ચોખા જે કાંઈ ધરવાં હતાં તે ધરી દીધાં પછી ઓટલે બેસીને જગત આખાની પંચાત માંડે છે. તારી સાસુએ શું કર્યું ને ફલાણાના જેઠે શું કર્યું? અરે ભાઈ, શું

આના માટે મંદિર બંધાવેલું કે ? આ બાબત પર આપણને હસવું આવે છે. પણ અવ્યક્ત ક્ષેત્રમાં પણ આપણે આવો જ સંસાર ઢસડી જઈએ છીએ. મૌનમાં એક વાર બેઠા પછી હિસાબ કેવો ? હદને પાર તો અસીમ છે, બેહદ છે. ત્યાં તો બધો હિસાબ છૂટી જાય, બધી તુલના મટી જાય. જે થાય તે થવા દો. એટલા માટે જ જેમની જીવનની પ્રજ્ઞા પર શ્રદ્ધા નથી, જીવન કોઈ Blind force નહીં પણ intelligent perceptive force છે, આવી જેને શ્રદ્ધા નથી તે ધ્યાન સુધી પહોંચવા પામતા નથી, કારણ કે વચમાં જ તેમની ગરદન દબાઈ જાય છે. હું બે કલાક બેઠો પણ મને કશી ખબર જ ના પડી કે બે કલાક ક્યાં વીતી ગયા ! તો સારી વાત છે. મીઠાઈ વહેંચો. તમારાં બધાં કાટલાં છૂટી ગયાં પાછળ ! અને હાથમાં ત્રાજવાં લઈને બેસતો અહંકાર રૂપી સોદાગર પણ ત્યાં ન પહોંચી શક્યો. બહુ સારી વાત ! વહેંચો પેંડા ! પણ આવી તૈયારી નથી. એ તો ફફડે છે કે મને કાંઈ થશે તો ? અરે થશે તો થવા દો ! પણ પામવાની લાલસા, લોલુપતા જ એટલી પ્રબળ છે કે થવા દેવાની વિનમ્રતા આવતી જ નથી. જાણવું એ પણ વરદાન છે. સાહિત્ય, સંગીત, કળાની હું પણ પ્રેમી છું. પરંતુ જેટલું જાણવું મહત્ત્વનું છે તેટલી ન જાણવાની નિર્દોષ અવસ્થા પણ પવિત્ર છે, પરમ મંગળ છે. શૂન્યમાં પડ્યા રહો. શૂન્યે તમારી સાથે શું કર્યું તેની જાણ તો પ્રત્યક્ષ વ્યવહારમાં પડશે. અત્યારે તો જાણવાની જે વાસના છે તેની આહુતિ આપવાની છે. संन्यस्तं मया, संन्यस्तं मया, संन्यस्तं मया । ઘરબાર, સ્ત્રીપુત્રના સંસ્કારના સંન્યાસની આ વાત નથી. અહીં તો કર્તા–ભોક્તાભાવની દુર્વાસનાના

સંન્યાસની વાત છે. શૂન્યમાં જે કાંઈ થાય છે તે જાણવાની દુર્વાસનાનો સંન્યાસ ! અહીં અપરિગ્રહી બનવાનું છે. કેવળ નગ્ન બનીને ત્યાં રહેવાનું છે. બહારની નગ્નતાની વાત નથી કરતી. આપણને બધી ચીજોને સ્થૂળ સુધી ખેંચી આણવાની એક ટેવ પડી ગઈ છે. એટલે આપણને બહારની નગ્નતા જ મહત્ત્વની લાગે છે, આંતરિક નગ્નતા નહીં. ખેર !

અંતરગુહાનો એકાન્તવાસ કરો

તો પડચા રહો. પળભર કે સાલભર, તેનો હિસાબ ના કરશો. શરીરમાં કોઈ પણ પ્રકારની તાણ ન જોઈએ કે દબાણ ના જોઈએ. વિચાર, વિકાર કે કર્તા-ભોક્તા ભાવની કોઈ ગતિ પણ ના જોઈએ. જેવી રીતે બાળક માના ગર્ભમાં નવ મહિના પડી રહે છે એવી રીતે સાધક શૂન્યના ગર્ભમાં નવ મહિના સુધી પડચો રહે તો જ એના શરીરમાં, મનબુદ્ધિમાં અને વ્યવહારમાં સમૂળું પરિવર્તન આવે છે. જ્યારે પણ થોડી સરખી પણ ફુરસદ મળી, તો ચાલ્યા ગયા શૂન્યમાં. બાળક કદી પૂછવા જાય છે કે હવે અમે રમવા જઈએ ? તક મળી કે એ ભાગ્યાં જ છે રમવા. એવી રીતે સંસારની જવાબદારીઓમાંથી ફુરસદ મળી, કદીક પાંચ મિનિટ, તો કદીક પંદર; રાત્રે ઊંઘ ઊડી ગઈ તો ત્યારે, જ્યારે પણ સમય મળ્યો તો ચાલ્યા ગયા મૌનમાં. આપણા ઘટની ભીતરની ગુફા છે આ 'શૂન્ય.' આ જ આપણું એકાન્ત છે. ત્યાં કોઈને પ્રવેશ નથી. અભેદ્ય છે એ. અભેદ્ય ના હોય તો ભલે દુર્ભેદ્ય હોય ! પણ એ ગુફામાં જઈને રહેવાનું છે.

શરૂઆતમાં કશું ના દેખાવાની, કશું ના થવાની નકારાત્મક, નિષેધાત્મક ભાષા તમે બોલશો. કારણ કે વાસ્તવમાં

જે ઘટિત થાય છે તે નકારાત્મક નથી, તેમ છતાંય એનું વર્ણન કરવા માટે કોઈ હકારાત્મક ભાષા નથી. એટલું જ કહેવાનું રહી જાય છે કે મને ખબર નથી. એટલે કે અહંકારનું ત્યાં કશું જ ચાલતું નથી. એની ગતિ ત્યાં કુંઠિત થઈ જાય છે અથવા વિસર્જિત થઈ જાય છે. આ અવસ્થાને આપણા રસિક પૂર્વજોએ શરણાગતિ અથવા પ્રપત્તિ કહી. શૂન્યના મહાદ્વારમાંથી શરણાગતિના ક્ષેત્રમાં સાધકનો પ્રવેશ થાય છે.

પ્રપત્તિ એટલે સમગ્રતા પર જોર

પ્રપત્તિનો અર્થ એ છે કે આજે આપણું જોર 'હું' અને 'મારા' પર છે, તે ત્યાંથી ખસી જઈને 'તું' અને 'તારા' પર જતું રહે છે. આપણે અંશ છીએ, પ્રભુ સમગ્ર છે. પ્રપત્તિમાં અંશને બદલે સમગ્ર પર જોર ચાલ્યું જાય છે.

राजी है हम उसी में, जिसमें तेरी रजा हो।
या यूं भी वाह वाह हो, या वूं भी वाह वाह हो ॥

આખી સૃષ્ટિ તેં રચી છે, પ્રભુ! તારી અનંતતા હું મારી આ નાનકડી સીમિત બુદ્ધિથી પકડી નહીં શકું. મારી ઇંદ્રિયો, મન-બુદ્ધિથી એને પકડવા જઈશ તો બધું 'આ નહીં', આ નહીં'—એમ કહેવું પડશે. સમગ્રતાનું વર્ણન કરવું હોય તો ઉપમા માટે ઉપમેય ક્યાંથી લાવવું? એને નિરાકાર કહેવા જઈએ તો એ સાકારનો શણગાર સજીને સામે ઊભો રહે છે, સાકાર કહેવા જઈએ તો સાકારની ભીતરનો નિરાકાર ડોકાય છે. એટલે પછી કહેવું પડે છે કે એ તો છે સાકાર અને નિરાકારને ધારણ કરનારો આકારાતીત! એને રૂપવાન કહીએ તો વળી પાછો

એ અરૂપ પણ છે. એટલે કહેવું પડે છે કે રૂપ-અરૂપથી અતીત એવો એ રૂપાતીત છે! એક અને અનેક, સંખ્ય અને અસંખ્ય બંનેથી એ અતીત છે. ગણિત અને અગણિત, કલિત અને અકલિત, સાકાર અને નિરાકાર-આ બધાયથી જે અતીત છે અથવા તો બંનેયને મિલાવીને જે છે એ જ છે તું, એ જ છે તું, એ જ છે તું! એટલે તું જે કાંઈ કરીશ તે બધું મને મંજૂર છે! યોગીના ચિત્તની દશા માના ખોળામાં સૂતેલા બાળકના જેવી છે. સર્વાત્માને, પરમાત્માને એના જીવન સાથે જે કંઈ કરવું છે તેને કોઈ પણ જાતના આંતરિક પ્રતિકાર વિના તે થવા દે છે. મારા મિત્રો! જીવનમાં ઘટનાઓને થવા દો. તમારા હિસાબો, તમારી યોજનાઓ વ્યક્ત પૂરતી મર્યાદિત રાખો. અને એ યોજનાઓ પર ક્યારેક અવ્યક્તનો એકાદો પ્રહાર થાય તો એને અવ્યક્તની એક લહેર સમજી લઈને એમાં દુઃખ ગણીને રોશો મા. કારણ કે વ્યક્ત એટલે અવ્યક્તનો એક અંશ છે. આ જીવન એક મહાન રહસ્ય છે. એમાં ભૂગોળ પણ છે અને ખગોળ પણ છે. એક જ સૂરજને જોઈએ છીએ અને એક સૌરમંડળના હિસાબમાં ખોવાઈ જઈએ છીએ. તો આવા તો ચોવીસ સૌરમંડળ છે. અગણિત નક્ષત્ર-તારા છે. સૌની પોતપોતાની ગતિ છે. કેટલાય તો સાગર છે. એ સૌના પરસ્પર સંબંધોનું એક વિરાટ નૃત્ય ચાલી રહ્યું છે. જોઈએ તો એને રાધા-કૃષ્ણ રાસ કહો કે શિવજીનું તાંડવનૃત્ય કહો કે પછી Cosmic Dance કહો, મહાલક્ષ્મી, મહેશ્વરી, મહાસરસ્વતી, મહાકાળીનું નૃત્ય કહો. જે નામ આપવું હોય તે આપો. એની સાથે સંબંધ બાંધવા માટે નામ આપવું પડે છે, બાકી સત્તાના કોઈ નામ

નથી હોતા. સત્તાને જ્યારે સંબંધમાં જકડવા માગીએ છીએ ત્યારે નામથી સંબોધીએ છીએ. આ કવિ-હૃદયની લીલા છે. ભક્તિનું આ લાલિત્ય છે.

ખેર, ચાલો આગળ. તો હવે જ્યાં સાક્ષિત્વ પણ શાંત થાય છે, દ્રષ્ટાભાવ પણ વિસર્જિત થાય છે ત્યાં વ્યક્તિ સદેહે સમગ્રતાથી ભિન્ન હોવા છતાં અંદરની ભાવકાયાથી સમગ્રતામાં એકરસ થઈ જાય છે—જેવી રીતે બિન્દુ સિંધુમાં જઈને ભળી જાય તે રીતે. તમારી આ નાનકડી મીઠાની પૂતળી વેદાંતીઓના સાગરમાં જઈને ઓગળી ગઈ.

પ્રપત્તિ એટલે ઇશ્વરેચ્છાધીન થવું

માણસને પુરુષાર્થ તેમ જ પ્રપત્તિની એમ બે પાંખો છે. પરંતુ આજે એને પ્રપત્તિનું મહત્ત્વ સમજાયું નથી. જ્યાં પ્રપત્તિ કે શરણાગતિની ભાષા ચાલે છે ત્યાં પણ અનેક દૂષણો જોડાઈ ગયાં છે, વિકૃતિ આવી ગઈ છે. માણસ દૂષણને, વિકૃતિને ઝટ પકડી લે છે અને એટલે મૂળ વસ્તુ છૂટી જાય છે.

પ્રપત્તિ, શરણાગતિ એટલે 'હે મહાન જીવનવિભુ ! તારો આ વ્યક્ત-અવ્યક્ત સમેતનો અનંત પસારો છે, તેમાં વ્યક્તમાં એક બિન્દુ રૂપે હું પણ છું. ક્યાં મારી શક્તિ અને ક્યાં તારી ? મારી પહોંચ કેટલી ? યથાશક્તિ, યથા મતિ હું કરતો રહીશ પણ હું છું તારો જ. તું મારા જેટલો કે મારા પર્યંત મર્યાદિત નથી તે હું જાણું છું.

'હે પ્રભુ, તું કોઈ મારો ગુલામ નથી કે હું તને આદેશ આપું કે મારા જીવનમાં તું આમ કર કે તેમ કર. આમ કરીશ તો મને સુખ મળશે. તારે જે કરવું હોય તે

કર. હું તારો ને તું મારો !' આવું એ કહે ત્યારે પોતાનો મટી જઈ સમગ્રનો બની જાય છે. આ છે સંપૂર્ણ ક્રાંતિ. પોતાનાં મટી જવાનું છે. સંસારમાં હોવા છતાં સંસારના મટી જવાનું છે. જેવી રીતે નાવડી નદીમાં ચાલે છે, તેમ છતાંય નદીના પાણીને પોતાની અંદર ભરતી નથી, તેવું આનું ચિત્ત બની જાય છે.

ખાંડાની ધારે ચાલવાનો ખેલ

તમે કહેશો કે આ બધું સાંભળવામાં તો ખૂબ મધુર લાગે છે. આવું અમારું થઈ જાય તો અમને ખૂબ ગમે. પણ હું તમને કહેવા માગું છું કે, તમને આવું થાય તો બિલકુલ નહીં ગમે. ખરેખર કહું છું કે, તમને આ નહીં ગમે. કારણ કે પછી તમે કોઈ એકાદા પરિવારના વ્યક્તિ નહીં રહો. તમારી ચેતનામાંથી પરિવારની ભાવના ભૂંસાઈ જશે. જેવી રીતે સ્લેટ પર કોઈ અક્ષરો લખ્યા હોય અને કોઈ ભીનું કપડું લઈને બધું ભૂંસી નાંખે, તેવી રીતે તમારી ચેતનાના અહં તથા 'મમ' ભાવને કોઈક ભૂંસી કાઢશે. પછી તમે કોઈના નથી રહેવાના અને તમારું કોઈ નથી રહેવાનું. કાં તો તમે સૌના છો, કાં કોઈના નથી. જેવી વૃત્તિ તેવી ભાષા. કોઈ કહેશે કે वसुधैव कुटुम्बकम्–તો વળી બીજો કોઈ કહેશે :

The selfless Self is all in all
None else exists
Thou art that Sanyasin Bold
Say OM Tat Sat OM......
They know not truth who dreams
such vacant dream as father.

mother, children, wife and friend.
The sexless Self whose father
whose mother is He
The Self is all in all
None else exists
Thou art that Sanyasin bold
Say OM Tat Sat OM !

કોણ આવું પોકારી ઊઠયું હતું ? એ જ સ્વામી વિવેકાનંદ નામનો એક ભારતીય યુવક ! अमृतस्य पुत्राः — Ye, the children of Immortality. સને ૧૮૯૨માં અમેરિકાના શિકાગોમાં જઈને સિંહગર્જના કરેલી. તો એમણે કહી દીધું કે sexless self છે એ તો. સ્ત્રી પણ નહીં, પુરુષ પણ નહીં, ઇંદ્રિયો જ નહીં... કોઈ પણ પ્રકારનો ભેદ નહીં તેવી અભેદાવસ્થા ! અને પેલા જ્ઞાનેશ્વર આવ્યા તો તેમણે ગાયું—

આ વિશ્વ પ્રભુની કાયા
એ નથી નથી રે માયા !

દરેકની પોતપોતાની તબિયત છે ! જેવી વૃત્તિ તેવી વાણી ! પણ બન્નેનો ભાવ, અર્થ એક જ છે.

ચિત્ત કૃત્રિમ ભયો પેદા કરે છે

તો આ પ્રકારની એક નિર્દ્વંદ્વ અવસ્થામાં ચિત્ત પહોંચી જાય છે. ચિત્ત દ્વૈતમાં રહેવા છતાં, દ્વંદ્વ ભાવ પેદા નથી કરતું. કોઈ પ્રકારની તાણ થવા દેતું નથી. તમે કહેશો કે ચિત્ત તે વળી કાંઈ તાણ પેદા કરે ? શું તમે પોતે જ તાણ પેદા નથી કરતા ?

जातस्य हि ध्रुवो मृत्युः ध्रुवं जन्म मृतस्य च ।—જે જન્મે છે તેનું મૃત્યુ અટલ છે, અને મરેલાનો જન્મ અટલ છે—આ શ્લોકનો તમે પાઠ તો કરતા રહેશો. પણ કોઈકનું મરણ થયું, તો જાણે કાંઈક અશુભ થયું હોય તેવી અમંગળ ભાવના જોડાઈ જાય છે. મૃત્યુની સાથે કેવળ ભયની ભાવના નહીં, અમંગળની ભાવના, અશિવ, અશુચિની ભાવના જોડાઈ જતી જોઉં છું ત્યારે મને રડવું આવે છે. વિયોગનું દુઃખ થાય તે તો સમજાય, પરંતુ મૃત્યુમાં ભય વર્તાય છે, કારણ કે એમાં માંગલ્ય વર્તાતું નથી. જન્મ પ્રસંગે શરણાઈ અને ઉત્સવ છે! પણ પ્રાણપ્રયાણના પ્રસંગનો કોઈ ઉત્સવ નથી. અરે ભાઈ, ઉત્સવ ના હોય તો બંનેનો ના હોય! અને હોય તો બેઉમાં હોય! પરંતુ જન્મ પ્રસંગે એક પ્રકારની ભાવના, મરણ પ્રસંગે બીજા પ્રકારની ભાવના! પરિણામે તાણ, તંગદિલી! જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચે એક કાલ્પનિક વિરોધ ઊભો કરી દીધો. મૃત્યુમાં અંતનો ભ્રમ છે. અજવાળું ગમે, અંધકાર એ તો ભયનો વિષય! આ બધું કોણ કરે છે? આપણે જ! કોઈ માબાપ પોતાનાં બાળકોને અંધકારનો પરિચય કરાવે છે? નીરવ નિસ્તબ્ધ યામિની કદી આપણાં બાળકોને આપણે જોવા લઈ જઈએ છીએ? અરે, માબાપ પણ ક્યાં જુએ છે? રાત્રે સૃષ્ટિનું જે સૌંદર્ય હોય છે તેનું વર્ણન તો કેમ થાય? ક્યારેક ગંગોત્રીમાં જઈને એકાદ મહિનો રહી હતી. ત્યારે ગોમુખ સુધી જઈ આવ્યા હતા. પરંતુ ગંગોત્રીમાં રાત્રે દશ વાગે હું ફરવા નીકળી. શું આનંદ અનુભવ્યો એ નીરવતામાં, એ સ્તબ્ધતામાં! પેલી Multivitaminની ગોળીઓ ખાવ છો ને તમે? તેમાં જેવું પોષણ મળે છે તેવું પોષણ એ રાત્રીની નીરવતામાં મળી શકે છે.

પરંતુ માણસે રાતને, અંધકારને, મૃત્યુને ભયનો વિષય બનાવ્યો. જનસંપર્ક સુખનો વિષય અને એકાન્તને ભયનો વિષય કરી મૂક્યો. આમ જીવનની લગભગ અડધી સત્તાની સાથે ઓળખાણુ નહીં રહેવાને કારણે, એ ભયનો વિષય બની જવાને કારણે જીવનમાં તુષ્ટિ તથા પુષ્ટિ નથી.

ધ્યાન આ નીરવતાની સાથે, શૂન્યની સાથે, એકાંતની સાથે, ગતિમુક્ત અવસ્થાની સાથે પરિચય કરાવી દે છે. એ સત્તા સાથે આપણો સંબંધ બંધાય છે, પછી એને જ જીવીએ છીએ. જીવનમાં એક ક્રાંતિ આવે છે. તો કરવું અને થવા દેવું, પુરુષાર્થ અને શરણાગતિ એ બંનેનો મનુષ્યે જીવનમાં સમન્વય સાધવાનો છે. આમ આજે આપણે દ્રષ્ટાની ભૂમિકામાંથી મૌન–શૂન્ય સુધી પહોંચી ગયા છીએ. શૂન્યમાં થનારા વ્યક્તિ ચેતના અને સમગ્ર ચેતનાના મિલનને આપણે જોયું. એમાંથી જે પ્રપત્તિ પરિણત થાય છે તેનું મહાકાવ્ય પણ આપણે જોયું. આની આગળ પુરુષાર્થ પણ નહીં, સાક્ષિત્વ અને પ્રપત્તિ પણ નહીં એવી જે ધ્યાનની અવસ્થા છે તેની વાત કાલે કરીશું.

[તા. ૨–૨–૮૧, પ્રાતઃ પ્રવચન]

બીજી

પ્રશ્નોત્તરી

પ્રશ્ન: તમે કાલે કહ્યું હતું કે ધ્યાન ઉપરાંત મંત્ર, જપ, નામસ્મરણ વગેરે પણ એના અર્થ અને ભાવના સાથે કરતાં રહીએ તો પણ ચિત્તશુદ્ધિ દ્વારા આત્માનુભૂતિ થઈ શકે છે. અમારામાંથી ઘણાં લોકો નામસ્મરણ, મંત્ર જપ કરે છે, પરંતુ એનો પૂરો અર્થ નહીં જાણવાને કારણે એની સાથે એકરૂપ થઈ શકતા નથી. તો અમારા સહુને માટે કોઈ પણ એક સરળ મંત્ર તેના અર્થ અને ભાવ સાથે આપો એવી વિનંતી છે.

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): જપયોગ, મંત્રયોગ, નાદયોગ, તંત્રયોગ, આ બધા યોગો ધારણાશક્તિને વિકસાવવા માટે હજારો વરસોથી ચાલ્યા આવે છે; એને ધ્યાન સાથે કશો સંબંધ નથી.

ચિત્તને એકાગ્ર કરવા માટે એનો ઉપયોગ છે.

अमन्त्रमक्षरं नास्ति, नास्ति वनस्पतिरौषधिविना ।
अयोग्यो पुरूषो नास्ति, योजकास्तत्र दुर्लभः ॥

પ્રત્યેક અક્ષરમાં મંત્રની શકિત છે. કોઈ પણ મંત્રનો જપ કરીએ ત્યારે ચિત્તની સુપ્ત શકિતઓને કે સંભાવ્ય અનુભૂતિઓને જગાડવા ઉપરાંત બીજું પણ એક પરિણામ આવે છે. શબ્દમાં નાદ છે, અર્થ છે, ભાવ છે. નાદમાં અગ્નિતત્ત્વ અને વાયુતત્ત્વ છે. જ્યારે તમે વૈખરી જપ કરો છો ત્યારે આ નાદાત્મિકા ઊર્જા, The Sound energy તમારી આસપાસ વહેવા માંડે છે. બીજમંત્રમાં એક સઘન વિશેષ શકિત હોય છે, જ્યારે નામમંત્રમાં ભાવ અને પ્રસન્નતા અધિક હોય છે. જ્યારે આપણે જપ કરીએ છીએ ત્યારે નાદમાં સમાયેલી શક્તિને કારણે તમારા રોમે-રોમનું અને આસપાસના વાયુમંડળનું શુદ્ધીકરણ થાય છે. આજે પશ્ચિમ જર્મની, સ્વીટ્ઝર્લેન્ડ અને નેધરલેન્ડમાં નાદ ચિકિત્સાના રૂપમાં sound therapy નો, જપનો ઉપયોગ થાય છે. કયા અક્ષરને બીજા કયા અક્ષર સાથે જોડીને એનું પુનરાવર્તન કરવાથી કેવા પ્રકારના શારીરિક કે માનસિક રોગ દૂર થાય છે તેની શોધ થઈ છે, તેનાં Reserach Centres પણ ખૂલ્યાં છે. તો આ રીતે જપ દ્વારા ચિત્તને એકાગ્ર કરવું, ચિત્ત-શુદ્ધિ કરવી, સુપ્તશકિતઓને જગાડવી અને તેને પરિપુષ્ટ કરવી. આ બધું જપમાંથી નિષ્પન્ન થાય છે, જ્યારે ધ્યાન એ તો સમગ્ર ચિત્તની ગતિઓનું શમન છે. ધ્યાન એ કેવળ શબ્દશુદ્ધિ કે ચિત્તશુદ્ધિનો વિષય નથી. ધ્યાનમાં તો મન નિર્વિષય થાય છે. ચિત્તવૃત્તિઓ તેમાં શમી જાય છે. ભૂત-કાળની સઘળી ગતિઓ એમાં વિલીન થઈ જાય છે. સ્વૈચ્છિક, અનૈચ્છિક, સ્વાયત્ત-પરાયત્ત એવી સઘળી ગતિ-

એાથી મુક્ત એવી સ્થિતિ છે.

મંત્રનેા એક સ્વતંત્ર વિષય છે. એના વિસ્તારમાં અહીં નહીં જાઉં. નાદથી થતી શરીરશુદ્ધિ, નાડીશુદ્ધિ. અર્થથી થતી બુદ્ધિશુદ્ધિ, ભાવથી થનારી ચિત્તશુદ્ધિ. આટલાં પ્રયેાજન હેાય તેા પરિણામ થાય છે. બીક લાગતી હેાય અને અંધારામાં 'રામ રામ રામ' કરતા જાએા તેા જપના પરિણામે ભયનું નિવારણ થયું, ભયનું નિરાકરણ ના થયું. ભયને મૂળમાંથી છેદવેા હેાય તેા વધારે ઊંડાણમાં ઊતરવું પડે. પરંતુ તાત્કાલિક ભય ટળે એટલેા હેતુ હેાય તેા તેટલું પરિણામ જપમાંથી આવે છે. એટલે આ બધા તંત્ર-મંત્ર શાસ્ત્રના અનેક માર્ગ છે, અનેક પદ્ધતિએા છે. પણ ધ્યાનનું તેા ક્ષેત્ર જ અલગ છે. ચિત્તની શક્તિને મજબૂત કરવા માટે એનેા ઉપયેાગ થવેા જોઈએ.

હું તેા ઇચ્છું છું કે પ્રાથમિક વિદ્યાલયેાથી માંડીને બધાં વિદ્યાલયેામાં 'ધારણા શક્તિનેા વિકાસ' એ એક વિષય હેાવેા જોઈએ. સૌ બાળકેાને ચિત્તની એકાગ્રતા શીખવીને, એ એકાગ્રતાને કેમ ધારણ કરવી, કેમ વહન કરવી તે શીખવવું જોઈએ, જેથી એ બાળકેાનાં ચિત્ત બળવાન બને.

પ્રશ્ન: ગીતા કહે છે "ध्यानं निर्विषयं मनः।" મનને નિર્વિષય બનાવવા માટે કઈ પદ્ધતિ છે?

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): આપણે પેાતે જ મન છીએ. આજે આપણે આપણી જાતને જેટલી જાણીએ છીએ તે આપણા materialised thoughts છે. આ શરીર આપણા માબાપે દીધેલું શરીર છે. સૃજન વખતની એમના ચિત્તની

દશા, એમના સંકલ્પો આ બધું આપણને વારસામાં મળેલું છે. જેને તમે મન કહો છો, તે આજે તમારાથી જુદું નથી. તમે કહેશો કે મન તો અંદર ડાબી કે જમણી બાજુ છે. પણ હું એવું નથી માનતી. જે જાતિમાં, કુળમાં, દેશમાં, ધર્મમાં આપણો જન્મ થયો તે કુળ, દેશ, જ્ઞાતિ અને ધર્મના જે કંઈ સંસ્કાર આપણા માંસ-મજ્જા-હાડકાં સુધી ઊંડા ગયેલા છે તે બધા સંસ્કારોનો સરવાળો તે હું છું, તે છે મારું મન ! Engraved, incorporated in whole of the biological structure. મન એ સંસ્કારપુંજ છે. એને તમે નિર્વિષય નહીં બનાવી શકો. સ્વસંવેદ્યતાની શક્તિને કારણે તમે મનના સ્વરૂપને જાણી લીધું છે. દર્પણમાં ચહેરો જોઈએ અને એના પર ડાઘ દેખાય તો તે ડાઘ લૂછવા માટે આપણા ચહેરા પર કપડું ફેરવવું પડે. પ્રતિબિંબનો ડાઘ સાફ કરવા આપણા ગાલે હાથ ફેરવવો પડશે. પ્રતિબિંબનો ડાઘ સીધેસીધો તમે કદીય સાફ નહીં કરી શકો. એવી જ રીતે મનથી તમે કાંઈ ભિન્ન નથી કે તમે એને નિર્વિષય બનાવી શકો. મનની ગતિને તમે દબાવી દો, કચડી નાંખો, ઉપેક્ષા કરો—આ મારી મતિ મુજબ તો શક્ય નથી. આ અવૈજ્ઞાનિક છે અને અવાંછનીય પણ છે.

મનના સ્વરૂપને સમજી લેવું જોઈએ. એ સમજી લીધા પછી મનને શાંત તથા સ્થિર કરી શકાય છે. પોતાની શક્તિઓની મર્યાદા સમજવી તે શક્તિનો પ્રારંભ છે. પહેલાં આપણી મર્યાદાઓને જાણવી અને પછી તેને સ્વીકારવી ! મર્યાદાઓ માટે મનમાં જો વિરોધ જાગ્યો, Resistance ઊઠ્યો, ફરિયાદો ઊભી થઈ તો એવો સ્વીકાર એ સ્વીકાર

થયો નહીં કહેવાય. જેવી રીતે સંસારને મિથ્યા કહી નાંખ્યો, તો મિથ્યા કહ્યા પછીય તે મિથ્યા તો સામે રહે જ છે ને! મિથ્યા છે, પરંતુ 'છે' તેનું શું કરશો? આવી રીતે મન આપણું ચંચળ છે, મર્કટ છે. છે તો છે! જે છે તેનો સ્વીકાર કરો. શાબ્દિક જ્ઞાનથી વસ્તુસ્થિતિનું નિરાકરણ તો નહીં થાય. વસ્તુસ્થિતિ મરશે નહીં. શરીર સાથે આ ઇંદ્રિયો જોડાયેલી છે. એ આપણને વિષયો તરફ ખેંચે છે અને એની સાથે ભીતરનો 'અહં' પણ જોડાય છે. અને વિષયોમાંથી સુખદુઃખનાં અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ સંવેદનો લઈને પાછો ફરે છે. અને પછી આખી જિન્દગી 'આ મારાં સુખ ને મારાં દુઃખ' એમ ચાલ્યા કરે છે. એક વાર આ બધો તમાશો પ્રત્યક્ષ જોઈ લીધો અને સમજાઈ ગયો તો પછી એ મનને સ્થિર કરવાની વાત આવશે. કશું જ જોવા-જાણવા-સમજવાનું નથી. કશો જ સંકલ્પ નથી. એવું થશે ત્યારે 'નિર્વિષય અવસ્થા'ની વાત આવશે. જ્યાં સુધી મન સાથે તાદાત્મ્ય છે, ત્યાં સુધી આત્મદશા સાધી શકાતી નથી. મન એક સૂક્ષ્મ કારાગાર છે. એ કારાગારની ભીતર રહીને ઘૂમ્યા કરીશું તો કશું નહીં વળે. એટલે મનની ગતિ સ્થિર કરીને શૂન્યમાં સ્થિર થવાનો પ્રયત્ન કરીશું ત્યારે નિર્વિષયતા નિષ્પન્ન થશે.

કળીને ફૂંક મારવાથી ફૂલ ના થઈ શકે. જીવનમાં જિજ્ઞાસાની કળી ખીલી ઊઠી છે. પ્રયત્નનું સાતત્ય રહેશે તો ધીરે ધીરે નિર્વિષય અવસ્થા આપોઆપ ખીલશે, તેને તમે પોતે ખીલવી નહીં શકો. કળીને ખીલવા માટે તમારા થકી જેટલા ઉપાયો થશે, તે બધાં વિઘ્નો બની

જશે. કારણ કે જ્યાં સુધી 'હું' શેષ છે, જ્યાં સુધી એ 'અહંભાવ' મનનું કેન્દ્ર હશે, ત્યાં સુધી પ્રત્યેક ક્રિયા સાથે એ અહંભાવ જ દૃઢ થતો જશે. એટલે કળીને પોતાની મેળે ખીલવા દો. બને તેટલી ક્રિયાઓ ઓછી કરી નાંખો; અનિવાર્ય કર્મ કરો, અને તે પણ તટસ્થતાપૂર્વક કરો.

જો તમારી ઉત્કટતા હશે, ગંભીરતાપૂર્વક સાધના ચાલશે તો મનની સ્થિરતા મેળવવા માટે ત્રણ મહિનાથી ઓછી અને નવ મહિનાથી વધુ રાહ જોવી નહીં પડે. જબરદસ્તીથી કે લાજ શરમે બેસશો, તો પછી પરિણામ નહીં આવે. બાકી ગંભીરતા હશે, પ્રામાણિકતા હશે અને ઉત્કટતા હશે તો પરિણામ જરૂર આવશે.

પ્રશ્ન: આપણા ભારતમાં વેદ-ઉપનિષદ અને ગીતા જેવા અનુપમ ગ્રંથો છે. જગત આખાના તત્ત્વજ્ઞાનીઓમાં મોખરે રહી શકે તેવા જ્ઞાનીઓની હારમાળા આપણે ત્યાં ચાલી આવે છે. વળી અનેક ભક્તો, સંત-મહાત્માઓ ઉપદેશ દીધા કરે છે તેમ છતાંય શું કારણ છે કે આપણી પ્રજા પંગુ, ભીરુ અને નિર્માલ્ય થઈ ગઈ છે?

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): એટલા માટે કે જીવનને જુદા જુદા વિભાગોમાં વહેંચી નાંખ્યું છે. આ ભૌતિક જીવન ને પેલું ધાર્મિક જીવન! ભૌતિક જીવનનાં વેગળાં મૂલ્ય, ધાર્મિક જીવનનાં વેગળાં મૂલ્ય! બંનેની આચારસંહિતા જુદી, પદ્ધતિ જુદી, મૂલ્યાંકન જુદાં!

જીવનની અગ્રિમતાઓ નક્કી કરી દેવામાં આવી છે. ભૌતિક જીવન માટે પૈસા કમાવવા તથા પ્રતિષ્ઠા મેળવવી કે સત્તા હસ્તગત કરવી—આ બધી અગ્રિમતાઓ નક્કી થઈ ગઈ છે, પછી આ બધા માટે જુઠું બોલવું પડે તો વાંધો

નહીં. મંદિરમાં કે ગુરુ પાસે જુઠું નહીં બોલે, પણ કારખાનામાં, દુકાનમાં, ધંધામાં તો જુઠું બોલ્યા સિવાય કેમ ચાલે ? જુઠું બોલ્યા સિવાય ડૉકટરને ના ચાલે, વકીલને ના ચાલે, રાજકારણીનેય ના ચાલે ! બધે અસત્ય પ્રતિષ્ઠિત થઈ ગયું ! સ્પર્ધા પ્રતિષ્ઠિત થઈ ગઈ ! એની જ બોલબાલા ! એને માટે આક્રમણ કરવું પડે, કોઈનું શોષણ કરવું પડે તો વાંધો નહીં. 'येनकेन प्रकारेण संपत्तिधारी भवेत्, धनिको भवेत् ।' હવે આ જ વ્યક્તિ પાછી મંદિર માટે, નદીનો ઘાટ બાંધવા માટે હજારો રૂપિયાનું દાન કરશે. જ્યાં સુધી એના આર્થિક વ્યવહારો અંગે તમે કાંઈ ના કહો ત્યાં સુધી એ વિનય અને નમ્રતાની મૂર્તિ છે પરંતુ આર્થિક ક્ષેત્રનો એનો વ્યવહાર સાવ જુદો, એનાં મૂલ્યો સાવ જુદાં !

તો દેશની પ્રજાને પંગુ બનાવનારાં કારણો તો અનેક છે, પણ એક મહત્ત્વનું કારણ આ છે કે જીવનની સત્તાને ખંડિત કરી મૂકી છે, જે અવિભાજ્ય છે, અખંડ છે. The curse of fragmented life is the poison ! જ્યાં સુધી જીવનના ભાગલા પાડતો આ અભિશાપ વ્યક્તિઓની ચેતનામાં પડેલો છે ત્યાં સુધી રાજનૈતિક પક્ષો તરફથી, જનતા તરફથી હિંસા થતી રહેશે અને મંદિરોમાં બેઠાંબેઠાં અહિંસાનો પ્રચાર પણ ચાલતો રહેશે. આર્થિક મૂલ્યોના નામે જીવનના વ્યવહારોમાં શોષણ ચાલશે, અન્યાય ચાલશે અને મઠ-મંદિરોમાં ભ્રાતૃભાવની વાતો થતી રહેશે. આવું એક છિન્નભિન્ન વ્યક્તિત્વ–Split personality ભારતમાં સવિશેષ છે, કારણ કે આપણે વ્યક્તિને સહેજમાં ધાર્મિક માની લઈએ છીએ. આ દેશમાં મંદિરોમાં જનારા,

મૂર્તિઓની પૂજા-અર્ચના કરનારા લાખો લોકો જો ધાર્મિક છે, તો ભ્રષ્ટાચાર કરે છે કોણ? ભ્રષ્ટાચાર કરવા માટે જહાજોમાં બેસાડીને બહારથી તો લોકો આયાત કરાતા નથી. એ સૌ અહીંના જ છે, આપણે જ છીએ.

તો આપણા જીવનમાં નાના નાના ક્ષુદ્ર સ્વાર્થો માટે કોઈકના ચાપલૂસીવેડા કરવા, જૂઠું બોલવું, પાછલે બારણે-થી કોઈકના ઘરમાં ઘૂસવું, પોતાના ક્ષુદ્ર સ્વાર્થો માટે માંગણી કરવી અને સમાજ વચ્ચે બેસીને એની જ નિંદા કરવી—આવું બધું જ આપણે કરીએ છીએ. આવી રીતે જ્યાં સુધી આપણા ચિત્તમાં ક્રોધ, હિંસા, દ્વેષ, અદેખાઈ વગેરે કોઈક ને કોઈક મૂલ્યરૂપે ઘર કરીને બેઠું હોય, ત્યાં સુધી વ્યક્તિત્વ ખંડિત જ રહેવાનું. ક્યારેક ધ્યેયવાદના નામે તો ક્યારેક ધર્મના નામે હિંસાને આપણે સમર્થન આપી દઈએ છીએ.

જ્યારે આપણા વિવિધ ધર્મગ્રંથો કહે છે કે જીવનની સત્તા એક છે અને સત્ય, પ્રેમ, સહયોગ કે કરુણા એ એના માર્ગ છે. સત્ય, પ્રેમ, સહયોગના આધાર પર અર્થ-તંત્ર, રાજ્યવ્યવસ્થા ઊભાં હોય તેવું આપણે ગોઠવવું પડશે. આ જ વાત મહાત્મા ગાંધીજી કહેતા હતા. ભારત-ની સંતપરંપરાના ઉજ્જવળ માનવરત્ન સમા મહાત્મા ગાંધી! એમણે આ કહ્યું છે, પણ એ આપણને અનુકૂળ નથી આવતું. આ જ વાત ભગવાન ઈશુ કહી ગયા, પણ આપણને એ અનુકૂળ નથી આવતું. પરિણામે એક જ વ્યક્તિ સવારથી તે રાત સુધીના પોતાના જીવનમાં પરસ્પર વિરોધી એવાં મૂલ્યોને જીવતી ચાલી જાય છે. ઘરમાં પત્ની-બાળકો સાથે ખૂબ સ્નેહ છે, ત્યાં સેવાનું મૂલ્ય છે,

ત્યાગનું મૂલ્ય છે. પરંતુ જેવો એ ઉંબરા બહાર પગ મૂકે છે તેવો He becomes an assertive member of a competitive, comparative society. એની અંદર એક રાસાયણિક પ્રક્રિયા શરૂ થઈ જાય છે અને એ આખો ને આખો બદલાઈ જાય છે. The very chemical being changes the moment he is out of his home. જાણે એની અંદર કોઈ બીજી જ વ્યક્તિ જીવતી ન હોય! પેલા સેવા, ત્યાગ, પરસ્પરના દોષો સહી લેવા, એકબીજાના દોષો હટાવવામાં મદદ કરવી—આ બધાં મૂલ્યો એકાએક અલોપ! તુલના, સ્પર્ધા, આક્રમણ, પરિગ્રહ, સ્વામિત્વ—આ બધાં મૂલ્યો પોતાની પકડ જમાવે છે.

આનું એક બીજું કારણ પણ છે. આજે આપણે સૌ દેશની એવી ગંભીર પરિસ્થિતિમાં મળી રહ્યા છીએ, જ્યારે ચારે તરફ આગ લાગેલી છે. જાણે ચારિત્ર્યહીનતાનું એક રાષ્ટ્રીય પર્વ શરૂ ના થઈ ગયું હોય! માનવીય મૂલ્યોનો હ્રાસ દિવસે નહીં તેટલો રાત્રે, અને રાત્રે નહીં તેટલો દિવસે વધુ ને વધુ થઈ રહ્યો છે. આવા સંજોગોમાં હવે જો અધ્યાત્મની શક્તિ ઊભી થઈને માણસને ટેકો નહીં આપે તો આ દેશમાં સર્વત્ર અંધાધૂંધી સિવાય બીજો કોઈ વિકલ્પ નહીં રહે.

પ્રજા પંગુ બની જાય છે તેનું બીજું કારણ આ છે કે પરમાત્મા અને મનુષ્ય વચ્ચે પુરોહિત અને દલાલનો એક વર્ગ આપણે ઊભો કરી દીધો છે. આખી દુનિયામાં આ વર્ગ છવાયેલો છે. ખ્રિસ્તી દેશોમાં પણ અને બૌદ્ધ દેશોમાં પણ આ વર્ગ છે. પુરોહિતોનો આ વર્ગ કહે છે કે તું મારે શરણે આવી જા, હું તને મુક્તિ અપાવી દઈશ. આમ

ભગવાન અને તેનાં પોતાનાં સંતાન વચ્ચે એક વર્ગ આવીને ઊભો છે.

આમ શરણાગતિના નામે દીનતા, લાચારી, અસહાયતા ઊભી થાય છે. હકીકતમાં તો શરણાગતિ એ પરમ પુરુષાર્થ છે, જેમાંથી તેજ શતગણું વધવું જોઈએ, એને બદલે મનુષ્ય દીન, હીન, પરાશ્રયી અને પરાધીન બનતો ચાલ્યો જાય છે. જ્યાં સુધી આ વચલા વર્ગનું વર્ચસ્વ રહેશે, અને એમના થકી થતું અજ્ઞાનનું શોષણ ચાલતું રહેશે ત્યાં સુધી પ્રજાની પંગુતા દૂર નહીં થાય. એક તરફ રાજકીય નેતાઓ મારફત થતું શોષણ, બીજી તરફ આર્થિક ક્ષેત્રમાં ઉદ્યોગ-પતિ, વેપારી, ધંધાદારી લોકો તરફથી થતું શોષણ અને આ ત્રીજું ધર્મના નામે, અધ્યાત્મના નામે થતું માનસિક શોષણ—Psychic exploitation. આમ ત્રિવિધ શોષણ જ્યાં ચાલતું હોય, ત્યાં પ્રજા પંગુ ના થાય તો બીજું થાય શું ?

પ્રજાની આવી પંગુતા દૂર કરવી હશે તો એવા ક્રાંતિ-કારી અધ્યાત્મનિષ્ઠ સમાજસેવકોની એક ફોજ ઊભી કરવી પડશે, જે કહેશે કે જીવન એક છે, અખંડ છે; અને તેથી ઘરમાં સચ્ચાઈ અને ધંધામાં જૂઠ—આવાં બેવડાં ધોરણ હરગિજ નહીં ચાલી શકે. એથી માણસ તૂટી જાય છે. એનું જીવન ટુકડાઓમાં વહેંચાઈ જાય છે, ખંડિત થાય છે પરિણામે માણસ અંદરથી છિન્નભિન્ન થઈ જાય છે. માણસને ઢોંગપાખંડ તથા વિસંવાદી જીવનમાં ક્યાં સુધી મજા આવે ? આજે માણસને લાચારીથી આવાં બેવડાં ધોરણમાંથી પસાર થવું પડે છે. એનો એણે હિંમત-પૂર્વક સામનો કરવો પડશે.

તમે કહેશો કે સમાજરચના જ એવી છે, અર્થતંત્ર જ આવું છે! તો એવા સમાજને બદલવો પડશે. એ કેવી રીતે–એની વાતો અહીં નહીં કરું. તેમ છતાંય, આ વચ્ચેના દલાલોને હટાવવા પડશે. The intermediary between the producer and the consumer; The intermediary between the administrator or managers of the country and those who are administered, Intermediary between the divinity and humanity—આ બધા મધ્યસ્થોની જરૂરિયાત જ ખતમ કરવી પડશે. નાગરિકને આની જરૂર જ ના રહે એટલો સમર્થ, સમજુ અને નિર્ભય બનાવવો પડશે. હકીકતમાં તો, માણસને અધ્યાત્મ જ અભયનું વરદાન આપી શકે તેમ છે.

ચાલો ભાઈ આગળ, તમે તો આ પ્રશ્ન પૂછીને મારા હૃદયમાં પડેલા ઘાને તાજો કરી દીધો.

પ્રશ્ન : ભગવદ્ગીતામાં કહેલું છે કે 'प्रकृतिं यान्ति भूतानि निग्रहः किंकरिष्यति' તથા 'भ्रामयन् सर्वभूतानि यन्त्रारूढानि मायया'—આમાં કહેલી પ્રયત્નવાદની નિષ્ફળતાને તમે જે કંઈ કહો છો તેની સાથે કેવી રીતે મેળ બેસે છે?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : શા માટે મેળ બેસાડવો, ભાઈ! એવું છે કે પોતપોતાના જીવનના સંદર્ભમાં અભિવ્યક્તિ થાય છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા વાસુદેવ ભગવાને અર્જુનને કહી હતી. અર્જુન ક્ષત્રિય હતો અને ત્યારના સમાજમાં ક્ષત્રિયો માટે ક્ષાત્રધર્મપૂર્વક જીવવાનો એ કાળ હતો. આજે ન તો બ્રાહ્મણ-ધર્મ છે, ન વણિક-ધર્મ, ન ક્ષાત્ર-ધર્મ! આજે એ વ્યવસ્થા જ નષ્ટ ભ્રષ્ટ થતી જઈ રહી છે. ગણ્યાગાંઠ્યા અપવાદો હશે. પરંતુ તેઓ એકાન્તમાં જીવે છે. તેઓ ના

હોય તો ધરતી રસાતલમાં જાય. બાકી વ્યવસ્થા વિવિધ ધર્માનુસાર રહી નથી.

જ્યારે અહીં તો અર્જુન છે, જે કહે છે કે મારે લડવું નથી. સ્વજનોને સામે જુએ છે તો એનાં ગાત્રો ગળવાં માંડે છે. અને એ જુદી જ ભાષા બોલવા માંડે છે, જે ક્ષત્રિયના માટે તદ્દન અજાણી હતી. એ ભાષામાં વૈરાગ્ય નથી, વિષાદ હતો. આવા મનુષ્યને સમજાવી રહ્યો છે એનો ભાઈ, પરમસ્નેહી, સખા, જીવનની સંપૂર્ણતાનો સ્વીકાર કરનારો મહાવીર વાસુદેવ! એ અર્જુનને સમજાવે છે કે તારી પ્રકૃતિમાં નહીં લડવાની વાત છે જ નહીં. આજે તું અવાંતર કારણોને લીધે ધર્મચ્યુત થઈ રહ્યો છે. એ અવાંતર કારણોને દૂર કરવા માટે—'नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा करिष्ये वचनम् तव।' મોહને નષ્ટ કરવા માટે આમ કહેવાયું છે. એમાં પ્રયત્નનો નિષેધ નથી. એ તો પુરુષાર્થને આવાહન છે. આખી ગીતામાં ક્યાંય પ્રયત્નવાદની નિષ્ફળતા કહી નથી. એનું પોતાનું પણ એક સ્થાન છે. આજે સવારે જ મેં તમને કહ્યું હતું કે વ્યક્ત જગત એ મનુષ્યના પુરુષાર્થનું ક્ષેત્ર છે. ત્યાં એ જવાબદારીપૂર્વક સુંદર સમરસ વ્યવહાર કરે. એનું પરિણામ ઈશ્વર પર છોડી દે. સામુદાયિક વ્યવહારો પ્રમાણે જે પરિણામ આવશે તે આવશે. The collective effect જે થવાની હશે તે થશે. એટલે ખોટો પ્રજ્ઞાવાદ, બૌદ્ધિક વિતંડાવાદ છોડીને પ્રકૃતિને અનુસરીને જે કરવાનું છે તે કર. ભગવાન કહે છે કે બાકીનું સંભાળી લેવા માટે 'कालोस्म्यहं'—હું બેઠો છું કાળ રૂપે.

લોકોને લાગે છે કે આજે દેશની જે પરિસ્થિતિ છે તેનો કાંઈ ઉપાય નથી. એમને થાય છે કે એકાદ વર્ષમાં

બધા પ્રશ્નો ઉકેલાઈ જવા જોઈએ. કોઈ જાદુઈ લાકડી ચલાવી અને પ્રશ્નો સઘળા પતી ગયા તેવું થવું જોઈએ. એવી કોઈ યુક્તિ હાથમાં આવવી જોઈએ. અરે મારા ભાઈ! ત્રીસ-પાંત્રીસ વર્ષો સુધીનો આપણો વ્યવહાર જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં પોતપોતાના સ્વાર્થોને હડપવા પૂરતો જ રહ્યો હોય, પછી એ ગમે તે ક્ષેત્ર હોય. રેલવે ખાતાવાળા રેલવેમાંથી, શિક્ષણવાળા શિક્ષણમાંથી, વેપારવાળા વેપારમાંથી બધાં મૂલ્યોને બાજુ પર મૂકી દઈ ભૂખ્યા કંગાળ માણસોની જેમ સત્તા અને સંપત્તિ પર ટૂટી પડ્યા છે. ગામડાં તરફ કોઈનું ધ્યાન નથી. વિદ્યાલયો તરફ કોઈ જોતું નથી. રજિસ્ટરમાં નિશાળ નોંધાયેલી છે, પણ ગામડે સ્થળ પર પહોંચો તો એ નિશાળનું નામનિશાન નથી! જ્યાં નિશાળ છે ત્યાં શિક્ષક નથી. શિક્ષક છે ત્યાં સાધનો નથી, પ્રયોગશાળા નથી. આમ પાંત્રીસ પાંત્રીસ વર્ષો સુધી જે એકધારું ચાલ્યું આવ્યું છે, તેનાં પરિણામો ભોગવ્યાં સિવાય આગળ કેમ વધાશે? એટલે આપણે આપણા સ્વધર્મને વળગી રહીએ અને એનું પાલન બરાબર થાય છે કે નહીં તે તપાસતા રહીએ.

મને આશા છે કે તમે તમારા પ્રશ્નના જવાબમાં આટલો સંકેત તો જરૂર પકડ્યો હશે કે આપણો વ્યક્તિગત કે સામુદાયિક ભૂતકાળ આપણી ભીતર જ પડેલો છે. તેને જાણી શકાય છે, કચડી શકાતો નથી, તેનો નાશ નથી કરી શકાતો. પરંતુ એના અસ્તિત્વનું ભાન તમારા માથા પર ચઢી ના જવું જોઈએ. પુરુષાર્થ છોડવો ના જોઈએ. વ્યક્તમાં પુરુષાર્થ છે, પ્રયત્ન છે. અવ્યક્તમાં સાક્ષિત્વ છે અને અનંતમાં છે શરણાગતિ. આ બધી વાતો તો ગઈ કાલે થઈ ગઈ છે.

[૨-૨-૮૧, મધ્યાહ્ન બેઠકમાં]

વ્યાખ્યાન ત્રીજું

સાધનાની અષ્ટવિધ ભૂમિકા

મનુષ્ય સંસ્કારો થકી સંસારી હોય છે અને સંસારી બનવાનું શિક્ષણ એને આપવામાં આવે છે. એને કહેવામાં આવે છે કે તારું આ નામ છે, આ રૂપ છે, તારા આ ગુણ-દોષ છે, તારી આ શક્તિ છે, કમજોરી છે; આ બધા સાથે તું સંસારમાં જીવવાનો સામાન એકઠો કરી દે. વિદ્યા મેળવીશ તો નોકરી પામીશ. નિર્વાહનું સાધન હશે તો તું પરણી શકીશ. પરણીશ તો 'અહં' નો વિસ્તાર 'મમ' માં થશે. એમ બનશે તારો પરિવાર અને થશે તારી કમાણી. તારું એક મિત્રમંડળ બનશે. તારી પ્રતિષ્ઠા હશે. તને અનુભવો મળશે. આમ 'અહં' નો એક તંબુ તણાઈ જાય છે. જેટલું 'આ મારું' 'આ મારું' એ કહી શકે, એટલું એનું વિશ્વ રચાઈ જાય છે. એમાં જ

એને જીવવાનું છે. કેવી રીતે જીવવાનું છે? જેમ બીજા લોકો જીવે છે તેમ સ્તો! બીજા લોકો પૈસા કમાય છે, તો મારે પણ કમાવાના છે. એમાં બધા હરીફાઈ કરે છે તો મારે પણ તે કરવાની છે. એમાં જીતવા માટે થોડું આક્રમક પણ થવું પડશે. અંદર એક વાત, મોં પર બીજી વાત એ લોકો આણે છે, તો મારે પણ એ જ કળા શીખવાની છે. જે નથી તે દેખાડવાનો અને જે છે તે છુપાવવાનો પ્રયત્ન ચાલે છે. તો એ પાખંડ અને એ દંભ પણ શીખી લેવા જોઈએ. આમ સંસારી બનવાનું શિક્ષણ સતત મળ્યા કરે છે.

સમાજનું પોતાનું એક માળખું

સમાજના, અર્થતંત્રના, રાજ્યવ્યવસ્થાના માળખામાં માણસે પોતાની જાતને બરાબર ગોઠવી છે. જાણે યંત્રનો એક ભાગ જ ના હોય તેમ ગોઠવાઈ જાય, જેથી સમાજ કહી શકે કે વાહ! કેવો હોશિયાર આદમી! સફળ વ્યક્તિત્વ! સંસારની બધી આંટીઘૂંટી એણે કેવી શીખી લીધી છે! આ બધી સંસારની રીત છે. સમાજનાં પોતાનાં આગવાં મૂલ્યાંકનો છે, એની પોતાની આચારસંહિતા છે. એની જ સમાજમાં પ્રતિષ્ઠા છે. એ મૂલ્યોને તોડવાથી નિંદા થાય છે, ટીકા થાય છે.

ક્યારેક પારસમણિનો સ્પર્શ થઈ જાય છે

તો આવી એક રસમ ચાલી આવે છે સંસારની, તે તમે-હું સૌ કોઈ જાણીએ છીએ. હવે આવું સંસારી જીવન જીવતાં જીવતાં ક્યારેક કોઈક પુસ્તક હાથે ચઢી જાય છે. એ વેદ-ઉપનિષદ કે ગીતા-ભાગવત જ હોય એવું કાંઈ જરૂરી નથી. આ ભારત દેશ તો એવો વિચિત્ર દેશ છે કે

એની માટીના કણેકણમાં સંત, યોગી, સંન્યાસી, અવધૂત, ફકીર, પીર પેદા થયા જ કરે છે. આ લોકોથી તમે તમારી જાતને બચાવી શકતા નથી. તો ક્યારેક આમાંનું કાંઈક સંભળાઈ જાય છે, ક્યારેક સંતોના ચરિત્ર વાંચવામાં આવે છે. અને સંસારી વ્યક્તિના ચિત્તમાં સવાલોની રમઝટ શરૂ થઈ જાય છે—'અરે, આ ચીલાચાલુ જીવન કરતાંય કોઈ અલગ જીવન હોય છે ખરું? આ ખાવું-પીવું, પહેરવું-ઓઢવું એ સાધ્ય નહીં, પણ સાધન છે! આજીવિકા મેળવવી એ પણ સાધ્ય નહીં, સાધન છે! સમાજની આ સ્તુતિ-નિંદા એ કોઈ ચિંતાનો વિષય નથી એ વાતનું ભાન સદ્ભાગ્યે હજારોલાખોમાં કોઈકને થઈ જાય છે. "मनुष्याणां सहस्रेषु लक्षेषु।"

સત્સંગનો પ્રારંભ સદ્ગ્રંથોથી

પછી એ સંસારી વ્યક્તિ સત્સંગી બને છે. એ સદ્ગ્રંથોને શોધે છે અને વીણી વીણીને લઈ આવી એનું અધ્યયન શરૂ કરે છે. પોતપોતાના સંસ્કારો મુજબ સદ્ગ્રંથોનું ચયન થાય છે. જૈનકુળમાં જન્મ થયો હોય અને જીવનમાં ભાવનાનું નહીં, પણ વિચારનું પ્રાધાન્ય હોય તો એ નિર્વિચાર, નિર્વિકાર, નિર્ગ્રંથ અવસ્થાનું વર્ણન કરતાં 'કેવળ જ્ઞાન'ના ગ્રંથ શોધશે. વૈષ્ણવ ઘરમાં કોઈ જન્મેલું હશે તો એ ભક્તિપ્રધાન સાહિત્ય વાંચશે. આમ સત્સંગનો પ્રારંભ સદ્ગ્રંથોના વાંચનથી થશે. કોઈકમાં પ્રખર બુદ્ધિ છે તો એ જ્ઞાનપ્રધાન ગ્રંથો વાંચશે. રજોગુણ પ્રધાન વ્યક્તિ કર્મયોગ—સેવાયોગનાં વર્ણન કરનારાં પુસ્તકો વાંચશે.

જીવતા સત્સંગ દ્વારા મુમુક્ષા

આમ થયો સત્સંગનો પ્રારંભ. પરંતુ ગ્રંથોમાં તો

શબ્દો છે. પ્રાણ ફૂંકીને શબ્દોને ચેતનવંતા બનાવવાનો કીમિયો પોતાની પાસે ના હોય તો એ વ્યક્તિ પછી ગ્રંથોને છોડી એ શબ્દોને જીવનારો માણસ શોધે છે! સત્સંગમાં જતાં જતાં ક્યારેક કોઈ સદેહે જ્ઞાની, આત્માનુભવી, પ્રેમાળ, મૌનશીલ, સાક્ષાત્કારી વ્યક્તિ ભેટી જાય છે તો એની વાણી પીતાં પીતાં ક્યારેક સંસારી માણસના ચિત્તમાં પણ મુમુક્ષા પેદા થઈ જાય છે કે હા, મારે પણ આ રીતે જ જીવવું છે— બંધનમુક્ત જીવન! આ જ દેહે મારે મુક્તજીવન જીવવું છે. આમ, એના હૃદયમાં જગદંબા મુમુક્ષા પ્રગટ થાય છે.

પહેલાં જન્મી જિજ્ઞાસા, તેમાંથી થયો સત્સંગ અને એમાં જાગી ઊઠી મુમુક્ષા! મુક્તિની વાસના જાગી ઊઠી. ઘણું થયું હવે. સંસાર જોઈ લીધો. સંસારનાં સુખદુઃખ, તડકા-છાયા બધું જ અનુભવી લીધું. હવે તો જાણવું છે કે શું મરતાં પહેલાં મરવાની કોઈ કળા છે? અહંથી છૂટવાની કોઈ યુક્તિ છે? મુમુક્ષા શબ્દ વાંચી લેવાથી તો કોઈ તૃપ્તિ થઈ ના શકે. આમ સાધના આરંભાઈ જાય છે. પોતપોતાના સંસ્કારોને અનુરૂપ જ્ઞાનમાર્ગ કે કર્મમાર્ગ, ભક્તિમાર્ગ કે ધ્યાનમાર્ગ, સમર્પણયોગ કે મંત્રયોગ દ્વારા સતત આગળ વધવા માટે માણસ વિચારતો થઈ જાય છે.

આકાંક્ષા મુક્તિની કે સંસારની?

તો બસ, પહેલાં આટલો વિચાર કરો કે તમારા ચિત્તમાં આ મુમુક્ષા, મુક્તિની વાસના જાગી છે કે નહીં? કેટલાક લોકોને સત્સંગમાં સંતોનાં વિભૂતિસંપન્ન જીવનનું જ આકર્ષણ હોય છે. સંતોને જોઈને જ એમને સંતોષ

થઈ જાય છે. એમની પાસે બેસીને થોડોક વિશ્રામ મળી જાય છે. બસ! થોડોક વિશ્રામ મેળવી લીધો અને પાછા ચાલ્યા ગયા સંસારમાં. કારણ કે રુચિ તો સંસારમાં છે. મુમુક્ષા હજી જાગી જ નથી. બસ, વચ્ચે વચ્ચે સંતો પાસે જવાની ઇચ્છા થાય છે, તે એટલા માટે કે સંસારનો થાક થોડો ઊતરી જાય, વાતાવરણ ફેર થાય! સંતો પાસે એટલી સગવડ તો ખરી જ ને કે ત્યાં અહંકારને માથા પર ચઢાવવાનો કોઈ અવસર નથી મળતો, કે નથી 'મમત્વ' ને કંઈ મહત્ત્વ. એટલે 'અહં' પણ ચૂપ ને 'મમ' પણ ચૂપ! તો આ બેમાંથી છુટકારો થાય. એટલે થોડો વિશ્રામ મળી જાય છે. ત્યાં શાંતિની શીતળતા છે, પ્રેમની ભીનાશ છે. એ પણ અત્યંત સુખકારી છે. આવો સત્સંગ વચમાં વચમાં થયા કરે તો જીવડાને ગમે છે. તો આ થયો સત્સંગનો એક પ્રકાર.

સત્સંગીમાંથી 'સાધક'નો જન્મ

જેટલું માંગશો તેટલું પામશો. જેવું પ્રયોજન તેવું પરિણામ! પરંતુ સામે બેઠેલા સંતની જે અવસ્થા છે તે અવસ્થા મારા દેહમાં પણ પ્રગટ કરવી છે, આવી મુમુક્ષા જાગેલી હશે તો જિજ્ઞાસુમાંથી સત્સંગી બનેલો માણસ સાધક બનશે. એના જીવનની અગ્રિમતાઓ જ હવે બદલાઈ જશે. The priorities change in a drastic way the moment a person becomes a genuine and real enquirer, religious enquirer. મુક્તિની વાસના એક ભારે મોટી ક્રાંતિકારી ઘટના છે. કારણ કે અગ્રિમતાઓ જ બદલાઈ જાય છે. પહેલાંનું આખું માનસ જ બદલાઈ જાય છે.

હવે તો સંસારમાં રહેવું અનિવાર્ય હોય તેટલું રહેવાનું છે. મુક્તિની સાધનામાં જેટલા સાંસારિક સંબંધો મદદરૂપ હશે તેટલા રહેશે. બાકીના છેદાઈ ગયા તો છેદાઈ ગયા. વિસર્જિત થયા તો વિસર્જિત થયા. હવે એને માટે આજીવિકા એ સાધ્ય નથી. સંસારની સફળતા–વિફળતા માપ્યા કરવાની એની પાસે ફુરસદ પણ નથી. સમાજની નિંદા-સ્તુતિ સાંભળવાની નવરાશેય નથી. એની પાસે તો હવે એક જ કસોટી કામ કરે છે. આ લોકો જે રીતે મુક્ત થયા, મારે પણ મુકિતની એ જ દિશામાં આગળ વધવાનું છે. એનો અભિસાર શરૂ થઈ જાય છે. પ્રભુધામમાં, સ્વધામમાં જવા માટેનો વ્યક્તિનો અભિસાર શરૂ થઈ જાય છે. બસ, એક જ અગ્રિમતા— How to meet the Beloved. એ મહાન પ્રેમી, જેણે આ સંસાર બનાવ્યો, આ સૃષ્ટિ રચી અને આપણા સૌ માટે સાધન-સામગ્રી મેળવી આપી, તે કોણ છે, કેવો છે, ક્યાં છે? મારી ભીતર છે કે બહાર? બસ, હવે તો આ તડપન છે, એક દિવ્ય અસંતોષ છે, Divine discontent! ખાતાંપીતાં, બેસતાંઊઠતાં બસ, એક જ ધૂન ચાલ્યા કરે છે.

મુમુક્ષુ થયા પછી સમાજ પ્રત્યે ઉદાસીનતા આવે છે. સમાજનો દ્વેષ નહીં, વિરોધ નહીં, પરંતુ આજલગી પ્રતિષ્ઠા, ધનપ્રાપ્તિ, લોકાદર કે લોકોને ખુશ રાખવાની તમન્ના— આ બધો સંસાર જે મનમાં રહ્યા કરતો હતો તે સમૂળગો સંસાર જ અલોપ થઈ જાય છે. એક નવી દુનિયા જ જાણે ખડી થઈ જાય છે! નવી કસોટીઓ અને નવાં માપદંડો સામે આવીને ઊભાં રહી જાય છે. સમાજનાં

મૂલ્યાંકનોનો બોજ માથા પરથી ઊતરી જાય છે ત્યારે પહેલી લાગણી તો એકદમ હળવાફૂલ થઈ જવાની થાય છે. એનો અર્થ એ નહીં કે સમાજના બીજા લોકોને 'તમે તો સંસારી અને અમે તો સત્સંગી' એવો ઘમંડ દેખાડતા ફર્યા કરવાનું છે! આ તો મનુષ્યની ભીતર થનારા પરિવર્તનનો, દશાફેરનો નિર્દેશ માત્ર કરી રહી છું.

'સમજ' ગુરુસ્થાને બિરાજશે

હવે સાધક બનેલો મનુષ્ય ચોવીસે કલાક આધ્યાત્મિક સાધના કેવી રીતે થાય તેનો પ્રયત્ન કરશે. અનિવાર્યતા પૂરતો જ સંસાર પ્રત્યે અભિમુખ થશે. બાકી વિચારતો રહેશે કે સાધના માટે મને ક્યાં ક્યાં સાધન મળ્યાં છે? બહાર વિશ્વ છે, તો મારી પાસે મારો દેહ છે, મારી ઇંદ્રિયો છે. અગિયાર ઇંદ્રિયો, મન-બુદ્ધિ, સંસ્કાર આ બધાં મારી સાધનાના સાથી બની શકે તેમ છે. એ કાંઈ મારા દુશ્મન નથી. જેમની હસ્તી નકારી શકાય તેમ નથી, તેની સાથે દુશ્મનાવટ કેવી? બહાર ઊભા રહેવા માટેની જેવી આ સ્થૂળ ભૂમિ છે, તેવી સંસ્કારરૂપી આંતરિક ભૂમિ છે, જ્યાંથી યાત્રાનું આરોહણ કરવાનું છે. સંસ્કારો-નો નિષેધ કરી જુઓ, એ થશે જ નહીં. એટલે પોતાના સંસ્કારોને પિછાણીને વ્યક્તિ સાધનાનો પ્રારંભ કરશે. જેટલી સમજણ ઊગી હશે, તે મુજબ તે આરંભ કરશે. આજે અને અત્યારે જ. સાધકની ભાષામાં કદી 'કાલ' હોતી નથી. જે કાંઈ કરવાનું છે તે હમણાં જ, અહીં જ. આજ આજ ભાઈ અત્યારે! 'આજનો લ્હાવો લિજિયે રે, કાલ કોણે દીઠી છે?'—આવતી કાલ તો અનુમાનનો વિષય છે, જ્યારે આજ તો વિદ્યમાન છે, વર્તમાન છે!

વર્તમાનમાં જીવવાનું છે. જીવન હંમેશા વર્તમાનમાં હોય છે, ભવિષ્ય કે ભૂતકાળમાં નહીં. તો પોતાની સમજ મુજબ જીવવાનું શરૂ કરવાનું છે. સાધક ખાવા-પીવા, ઊંઘવા વગેરે બાબતમાં પોતે જ ફેરફાર કરી લે છે.

ભીતર ઊગેલી સમજ એ જ એનો ગુરુ છે. સમજવાની શક્તિ એ પરમાત્માની વિભૂતિ છે. એ કાંઈ પાર્થિવ ગુણ નથી. જાણવું એ જુદી ચીજ છે અને સમજવું તે જુદી ચીજ છે. શબ્દોની મદદથી કે બુદ્ધિની સહાયે જે જાણી શકાય છે તે તો બૌદ્ધિક ગુણ છે. પરંતુ શબ્દમાંથી અર્થ ગ્રહણ કરી, જ્ઞાનને બોધમાં પલટાવવાની જે શક્તિ છે, તે સમજ છે, આકલન છે—Capacity to understand.

સત્યમય જીવન : હરિનો મારગ

જીવન જીવતાં જીવતાં આ સમજ આવે છે. પાંચ-પચીસ સાલ વીતે છે અને સમજાય છે કે સત્ય શું છે! સત્ય બોલવું અને સત્ય જીવવું. આ કેવું ઉપકારક છે તે સમજાય છે, એટલે પછી એ સત્યને જીવવાનું શરૂ કરી દે છે. એમાં કોઈની વાટ જોવાની હોતી નથી, કે નથી હોતી પરિણામની ચિન્તા!

वीरों की यह बाट है भाई कायर का नहीं काम रे।
सर पर बांध कफ़न जो निकले, बिन सोचे परिणाम रे ॥

આ તો શૂરોનો માર્ગ છે અને એ માર્ગે ચાલવાનું સાધક શરૂ કરી દે છે. સત્યનો, પ્રેમનો, પ્રાંજલતાનો જેટલો અર્થ સમજાયો તે જીવવાનો શરૂ કરી દીધો. આમ એનું First hand personal living શરૂ થાય છે. આ એનું સ્વાયત્ત કર્મ છે. અત્યાર સુધી ચીલાચાલુ પરાયત્ત ક્રિયાઓ એ કર્યા કરતો હતો. અત્યાર સુધીનું પરવશ જીવન હતું.

હવે ક્રાંતિ થઈ. એ પોતે હવે સ્વવશ, સ્વાધીન થયો અને એનું કર્મ થયું સ્વાયત્ત. જે પળે સ્વાયત્ત કર્મ શરૂ થયું તે પળે એ માણસ જવાબદાર બની જાય છે. એની અંદર જીવવાની શક્તિ વહેવાનું શરૂ કરે છે.

પોતાની જવાબદારી પોતા પર

અત્યાર સુધી સમાજે ચીંધ્યું ને મેં કર્યું. મતલબ કે જવાબદારી સમાજ પર, મા-બાપ પર કે સંબંધિત વ્યક્તિ પર નાંખી દેવામાં આવતી. પોતાના ઉપર એ જવાબદારી લેતો જ નહીં. કહે છે કે ગ્રંથોમાં તો લખ્યું છે કે સાચું બોલો. પણ સાચું બોલવા ગયા તો અળખામણા થઈ બેઠા. જ્યારે જૂઠાબોલા માલંમાલ થઈ ગયા. ચોરી કરનારાને ઘેર હાથી ઝૂલે છે, જ્યારે હું તો છું બેહાલ! કારણ કે ગ્રંથોએ લખ્યા મુજબ કરવા ગયો. તો સત્ય, અસ્તેય, અપરિગ્રહ કે અહિંસાને હું સ્વેચ્છાથી, પોતાની choice થી, મારે એ આચરવાં છે એટલે નહોતાં આચરતો. જવાબદારી કાં ગ્રંથો પર કાં સમાજ પર ઢોળે છે! પોતે તો સાવ અનાથ, લાચાર, અસહાય થઈ જાય છે! અથવા તો એક જાતના Martyr complex, શહાદત ગ્રંથિથી પીડાય છે. મેં કેટલાય એવા સાત્ત્વિક સજ્જનો જોયા છે જેઓનાં ચિત્ત ફરિયાદોથી ભરપૂર છે: જુઓ ને બહેનજી! અમે તો આટલું શુદ્ધ સાત્ત્વિક જીવન જીવ્યા પણ અમને કશું સાંપડ્યું નહીં ને જુઓ પેલો પાડોશી, કેવો માલંમાલ થઈ ગયો!

સ્વાયત્ત કર્મમાંથી આત્મવિશ્વાસ, આત્મસન્માન, આત્મબળ

આવું સ્વાયત્ત કર્મમાં નથી થતું. મારી સમજ મુજબ હું જીવું છું. I cannot but act according to my

understanding. I can't do otherwise. આ રીતે જીવ્યા સિવાય મારો છૂટકો જ નથી, એટલે હું આ પ્રમાણે જીવું છું. ગાંધીજીને કોઈએ પૂછ્યું હતું ને કે સત્યનાં આટલાં વિપરીત પરિણામ આવે છે, તમારે આટઆટલી હાર ખાવી પડે છે તો તમે શા માટે સત્ય-અહિંસાને પકડી રાખ્યાં છે? તો બાપુએ કહેલું, 'આ સિવાય બીજું કાંઈ હું કરી જ ના શકું. Truth is my God, Truth is my stretegy and Truth is my defence.' પોતાને જેટલું સમજાયું તેટલું જીવવા લાગ્યા ત્યારે અંદર બળ આવ્યું. જ્યાં સુધી ગ્રંથો કે બીજા કોઈના કહેવા મુજબ જીવાતું હતું ત્યાં સુધી બળ નહોતું મળતું. સ્વાયત્ત કર્મ શરૂ થયું તો પોતાનામાં બળ અનુભવાયું, આત્મવિશ્વાસ પણ જાગ્યો અને જાગ્યું એક આત્મ-સન્માન! Self respect and self-reliance. જવાબદારીની ભાવના, આત્મ-સન્માનની ભાવનાની સાથોસાથ આત્મબળ પણ જાગૃત થયું.

સમજ માત્ર પવિત્ર!

આમ સમજણ બને છે ગુરુ અને પેલી મુક્તિની ઇચ્છા–મુમુક્ષા બને છે શિષ્યા. આમ અંદર એક નવા પ્રકારનો Romance શરૂ થઈ જાય છે. આ સમજણ સંતની હોય કે એક અજ્ઞાનીના જીવનમાં ઊગેલી સમજ હોય, સમજ માત્ર પવિત્ર છે. એ દિવ્ય અગ્નિશિખા છે, પછી એ મારા-તમારા જેવાની હોય કે પછી કોઈ મહાન યોગીની હોય...... સમજ સમાન રીતે પવિત્ર છે. તો આમ, સાધકના જીવનમાં જેટલી વાત સમજમાં આવી, તે મુજબ તત્ક્ષણ જીવવાનું શરૂ કરવાનું તપ શરૂ થાય છે. હા, આ તપ છે. The austerity to live one's own understanding. એમાં

નિસ્પૃહતા આવે છે, અભય જાગે છે. સમાજ શું કહેશે તેની ચિંતા નથી રહેતી. It's a relaxed movement of understanding and action begins in life. તપને કારણે જીવનમાં તેજ આવે છે. સમજણપૂર્વકનું જીવન સમજણને વધુ ને વધુ સમૃદ્ધ બનાવતું ચાલ્યું જાય છે. જ્યાં તમારી સમજ ઓછી પડે ત્યાં વધારે અનુભવીનો મિલાપ જીવન કરાવી દે છે. ધરતીમાં જે રીતે ગુરુત્વાકર્ષણ છે, law of gravity છે, તેવી રીતે It's a law of life. જીવનની સમગ્રતામાં આ એક law of love—પ્રેમનો કાનૂન છે.

ભગવાન જ ગુરુને ઘેર પહોંચાડશે

પ્રભુએ ભૂખ-તરસની સાથોસાથ અન્ન-પાણી પેદા ન કર્યાં હોત તો ભારે મોટો અન્યાય થાત. એ જ રીતે મુક્તિની ઇચ્છા જાગે અને દુનિયામાં ક્યાંય આત્માનુભવી ના મળે તો ભારે અનાસ્થા પેદા થાત! પરંતુ એવું છે જ નહીં. જીવનમાં ગુરુપદ નામનું એક પદ છે. જીવનનો એ એક આયામ છે, Dimension છે. જેમની સમજણ શતદળ કમળની જેવી પૂરબહાર ખીલી ઊઠી છે, જ્યાં અહંકારનું પૂરું નિરસન થઈ ગયું છે અને જેમના શરીરમાંથી વિશ્વ-ચેતના વ્યકત થઈ રહી છે તેવા ગુરુપદમાં સ્થિર થયેલી વ્યક્તિ હશે એ! બીજી બાજુ જેમના ચિત્તમાં સાધનાની ઉત્કટતા છે, મુક્તિની તમન્ના છે, એવી શિષ્યાવસ્થા અને પેલી ગુરુ અવસ્થા આ બેય અવસ્થાઓનું મિલન કરાવવું એ જીવનની એક જવાબદારી છે. એ કાર્ય આપણી ઇચ્છા કે આપણા પુરુષાર્થથી નહીં થાય. આપણી ઇચ્છા અને આપણા પુરુષાર્થથી એ કરવા જઈશું તો આપણા માપના ગુરુને

શોધતા ફર્યા કરીશું પછી. આપણો સ્વભાવ ભાવનાપ્રધાન હશે તો એ ભાવનાઓનો સ્વીકાર કરે તેવી વ્યક્તિને શોધી લાવશું અને ગુરુશિષ્યનો સંબંધ બાંધી લેશું. કેવળ જ્ઞાનવાદમાં રસ હશે તો કોઈ શબ્દસમ્રાટને શોધી લાવી તેની સાથે જ્ઞાનનો સંબંધ બાંધી શિષ્ય બની જઈશું. ગુરુ-પદમાં જીવનારી અધિકારી વ્યક્તિ અને ચોવીસે કલાક તડપતી શિષ્યાવસ્થા—આ બંનેનો મેળાપ કરાવી આપ-વાની જવાબદારી પ્રભુની છે. It's a happening in life. It's not the result of your or my actions! એટલે ગુરુ માટે સાવ નિશ્ચિન્ત થઈ જવાનું છે.

જાતને સમેટવાનો દૃઢ નિશ્ચય

હવે એના ધ્યાનમાં એ પણ આવવા માંડે છે કે મન, બુદ્ધિ તથા શરીરની પણ મર્યાદાઓ છે. એનો ઉપયોગ વ્યક્ત જગતમાં છે. ત્યાં એનો ઉપયોગ જવાબદારીપૂર્વક કરીશું. પરંતુ જ્યાં અનંતનો સંબંધ છે, જીવનની સમગ્રતા-નો સંબંધ છે, જ્યાં પ્રભુનો સંબંધ છે, ત્યાં આ મનથી કે બુદ્ધિથી એ બધાને પકડવું શક્ય છે? સમગ્રતાને તો શબ્દો પણ પકડી શકતા નથી. "यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह"—જ્યાંથી વાણી તથા મન પાછાં ફરી જાય છે, નિવૃત્ત થઈ જાય છે. મહારાષ્ટ્રમાં થઈ ગયો પેલો બહાદુર બાળસંત જ્ઞાનેશ્વર! એણે કહ્યું, 'परा पश्यन्ती मध्यमा वैखरी । चार ही वाचा शृंगार अविद्येचा ।' ચાર વાણીએ જે કાંઈ કહ્યું છે તે બધો અવિદ્યાનો શૃંગાર છે. શબ્દાતીત, મનાતીત સમગ્રતા. શબ્દોની પકડમાં નહીં આવનારી સમ-ગ્રતા આ શરીરથી પણ આવવાની નથી એટલું સમજાઈ જાય તો બધી ક્રિયાઓને સમેટી લેવાનો દૃઢ નિશ્ચય

ચિત્તમાં જાગે છે અને આમ મૌનની, ધ્યાનની તૈયારી થઈ જાય છે.

બહાર કશું છોડવાનું નથી

નિશ્ચય દૃઢ થઈ ગયો એટલે ચોવીસે કલાક ધ્યાનમાં બેસાશે તેવું તો હું નથી કહેતી. પણ ચાલુ કામોમાં જેટલો સમય મળે તેમાં પ્રયોગ કરી જોવાનો છે કે તન-મનની બધી ક્રિયાઓને સમેટી લઈને શું થાય છે. જીવનથી ભાગવાનું તો છે જ નહીં. કારણ કે પ્રારબ્ધને કારણે આજે જે સંબંધો બંધાયા છે તેમને તોડીને છોડી જઈશું તો ફરી વાર એ સંબંધોને જીવવા આવવું પડશે. આ સંબંધોનું પણ કાંઈ પ્રયોજન હશે; ત્યારે તે બંધાયા છે. એનાથી ભાગી છૂટીને ક્યાં જશો ? સંસારથી ભાગી છૂટશો, દેહમાં સમાયેલા પ્રારબ્ધથી કેમ ભાગી શકશો ? ઘરમાં કોઈ પતિ-પત્ની કે સાસુ-સસરા કે ભાઈ-સંતાન ત્રાસ દે છે, અદેખાઈ કરે છે કે અપમાન કરે છે એટલે એનાથી કંટાળીને માણસ ભાગી જશે અને કોઈ આશ્રમ-માં જઈને રહેશે તો ભગવાન એને ત્યાં પણ એવો કોઈ ગુરુભાઈ કે ગુરુબહેન મેળવી આપશે કે ઘરનો બાકી રહેલો અનુભવ પૂરો મળી જાય ! આશ્રમમાં કોઇ અદેખાઈ કરવા લાગશે કે અપમાન કરવા લાગશે તો પછી ક્યાં જશો ? ઘરમાં તો પત્ની હતી, એનો ત્યાગ કરવામાં કાંઈક શ્રેષ્ઠતા મનાયેલી હતી; પણ હવે આશ્રમના ગુરુભાઈને છોડીને ક્યાં જશો ?

સંબંધો જીવવાથી કર્મબંધન છૂટે છે

કહેવાનો મતલબ એ છે કે દેહમાં જેટલું સંચિત કર્મ, ભોગવવાનું પ્રારબ્ધ—प्राक्+आरब्धम् પહેલેથી શરૂ કરેલું કર્મ

લઈને આવ્યા છો તે તો ભોગવ્યે જ છૂટકો! સંબંધ એ પૂર્વપ્રારબ્ધનો ક્ષય કરવાના અવસર સમો છે. opportunities to get out of the law of karma. 'चित्तशुद्धयर्थं कर्माणि'—ચિત્તશુદ્ધિ માટે કર્મ છે અને મુક્તિ માટે સંબંધ છે. એકલા એકલા જીવી લેવાથી તો કાંઈ મુક્તિ મળી નહીં જાય. સંબંધોમાં બંધનનાં મૂળિયાં હાથ લાગશે. જ્યાં બંધનોનાં મૂળ હાથમાં આવશે ત્યાં મુક્તિનો પ્રારંભ થશે. તુકારામ મહારાજ ગાય છે ને કે, "मुक्ति रे आम्ही परिणली नोवरी!"—મુક્તિને તો હું પરણીને ઘેર લઈ આવ્યો છું. મારા ઘરે રિદ્ધિ સિદ્ધિ તો દાસી છે. ઘરમાં કાંઈ છે નહીં, બાળકોને ખવડાવવા ચણા-મમરાય નથી. આ તો અંતરની અવસ્થાનું વર્ણન તુકારામ કરે છે.

તો પોતાની જાતથી ભાગી છૂટીને ક્યાંય જવાપણું છે નહીં. જ્યાં પણ જશો ત્યાં જાત તો સાથે રહેવાની જ છે. એટલે જ્યાં હોઈએ ત્યાં જેટલો સમય ફુરસદનો કાઢી શકીએ તેટલો કાઢવો. કોઈનીય ઉપેક્ષા નથી કરવાની. કારણ કે ઉપેક્ષા કરશું તો એ ઉપેક્ષાને જીવવી પડશે, તેમાંથી ઊભા થતા રાગ-દ્વેષ પણ જીવવા પડશે. એ આજે જીવો, કાલે જીવો કે અબઘડી જીવી લો. સંબંધોમાં એ રીતે જીવવું કે જેથી નવાં બંધનો પેદા ન થાય. જૈનોના જૈન આગમમાં એક સરસ શબ્દ છે—'कर्मनिर्जरा'। હિંદુઓના શાસ્ત્રમાં 'प्रारब्धभोग' પણ સારો શબ્દ છે. પરંતુ એનો દુરુપયોગ થાય છે અને પ્રારબ્ધ જાણે કોઈ સંકટ હોય તેમ લોકો માની બેસે છે. એ સંકટ નથી, તક છે. સંબંધોમાં પોતાને પિછાણવાની એક તક મળે છે, અવસર મળે છે.

આપોઆપ પરિવર્તન થતું જશે

આમ, જેટલો સમય મળે તેમાં માણસ પોતાના એકાન્તમાં ચાલ્યો જાય. કર્મોને સમેટી લેવાં, શબ્દોને સમેટી લેવા, સંકલ્પ-વિકલ્પોને સમેટી લેવા અને બેસી જવું તે જ છે એકાન્ત. અત્યાર સુધી નકામી વાણીમાં જે શક્તિ વેડફાતી હતી તે બચવા લાગી. સાધનામાં કોઈ પણ કર્મ નકારાત્મક નથી. એમાં કંઈક ને કંઈક ભાવરૂપ વિધાયક જ કરવાનું હોય છે. જેવો અનાવશ્યક વાક્વ્યાપાર બંધ થયો કે શક્તિસંચય થવા લાગ્યો. કારણ કે બોલવામાં અગ્નિતત્ત્વ અને વાયુતત્ત્વ ખૂબ ખર્ચાય છે. અને શરીરમાં સૂકી ગરમી—Dry heat પેદા થાય છે અને એમાંથી અનેક રોગો જન્મે છે. પણ એમાં નહીં પડું.

આમ, શક્તિસંચય શરૂ થયો. બહાર જવા આવવાનું તો આપોઆપ ઘટવા માંડે છે, એટલે દૃશ્ય પદાર્થો સાથે, શ્રાવ્ય શબ્દો સાથે, સ્પર્શભોગ્ય પદાર્થો સાથેનો સંબંધ પણ આપોઆપ ઓછો થતો જાય છે. મતલબ કે ઇંદ્રિયોની જે બહિર્ગામી વૃત્તિ હતી તે શાન્ત થવા લાગી. બહારની દોટ અટકી ગઈ. તમે જો એમ કહો કે સાધનાનું વ્યવહારમાં કોઈ પરિણામ જોવા નથી મળતું તો હું પૂછીશ કે આ બધું શું છે? આપણે ભ્રમમાં છીએ. આ ફેરફાર થાય જ છે. ખાવામાં સંયમ આવી જાય છે, કારણ કે મૌનમાં બેસવું હોય તો માથા પર ભાર ના જોઈએ. પેટમાં વધારે પડતો ભાર પડે એનો બોજો માથા પર અનુભવાય છે The pituitary gland is connected with the digestive organs, interwoven with them. મસ્તકના બ્રહ્મરંધ્ર સાથે પેટને સંબંધ છે. ગાત્રવિણાનાં આ બે તુંબિઓ છે.

અને એમાં તાર જોડાયેલા છે. શરીર એ પ્રભુનું સાજ છે. એ ચિન્મય સાજ છે. પોતાનું ગીત ગાવા માટે માટીના આધારે એણે ચિન્મય વાદ્ય રચ્યું છે. તો જરૂર જેટલું અન્ન પેટમાં પડ્યું તો એનું પચન થઈ ગયું. પરંતુ જો અન્ન પચ્યા વગરનું રહી ગયું તો જમ્યા પછી ઘેન ચડે છે, એક પ્રકારની તંદ્રા આવે છે. અઢી કલાક સુધી પેટમાં એક પ્રકારની રાસાયણિક પ્રક્રિયા ચાલે છે, પછી એ ક્ષુબ્ધાવસ્થા શાંત થાય છે. એ શાંત થાય પછી મૌનમાં બેસવું જોઈએ. આ સમજાય તો આહારવિહારમાં એની મેળે સંયમ આવશે. પછી તો એ શું કરવા રાત્રે ઘેર આવે ? સૂર્યાસ્ત :પછી શરીરમાં અન્નપચનની શક્તિ ઘટી જાય છે. સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત સુધી શરીરનાં બધાં અવયવ અંદરથી ખીલેલાં હોય છે. આહાર ગ્રહણ કરવા માટે, તેને પચાવવા માટે તે ઉત્સુક, તત્પર હોય છે. પણ સૂર્યાસ્ત પછી એ બંધ થઈ જાય છે, જેવી રીતે કમળની પાંદડીઓ બંધ થઈ જાય છે. સાધનામાં વ્રત એટલે શું ? જેનું વરણ કર્યું તે વ્રત. જે સમજાયું તેનું વરણ કર્યું, તો તે વરણાગતિ એ જ શરણાગતિ બની જશે. પણ તેનો બોજ નહીં હોય, તેનો કોઈ ઘમંડ પણ નહીં હોય. સૂર્યાસ્ત પહેલાં જમી લેવાય તો રાત્રે ઊંઘ પણ સ્વપ્નાં વગરની આવે છે. કારણ કે કોઈ ક્ષોભ નથી, જ્ઞાનતંતુઓ પર કોઈ ભાર નથી, દબાવ નથી. પછી માણસ જ્યારે પણ મૌનમાં બેસવા ઇચ્છે ત્યારે બેસી શકે છે.

આમ અગ્રિમતા બદલાઈ તો આચારસંહિતા પણ આપોઆપ બદલાતી જાય છે. એમાં કોઈ જબરદસ્તી કરશો તો કદરૂપતા આવશે, તમારી ચેતના પર ઉઝરડા પડી

જશે. એટલે સમજણપૂર્વક જેટલું થાય તેટલાનો સ્વીકાર કરવો. આ રીતે મસ્તક પર ભાર નહીં, પેટમાં ભાર નહીં તેવી અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લેવી. અલ્પાહાર કે ઉણોદરી જેવાં વ્રત આમાંથી જ આવ્યાં છે.

માત્ર જોતા રહો

ધ્યાનમાં બેઠા અને શું થાય છે? એકદમ વિચારો અને ભૂતકાળ નજર સામે તરવરે છે. આપણે તો મૌન થવા બેઠા હતા અને આ બધું શરૂ થઈ જાય છે. પરંતુ શરૂઆતમાં તમે બેસો છો તો હજી તો તમે શાંતિથી, સ્વેચ્છાપૂર્વક સ્વસ્થ થઈને બેઠા છો. હજી તો બેસવાનું સિદ્ધ થયું છે, મૌનયાત્રા તો હજી બાકી જ છે. હજી તો મૌન માટે બેઠા ત્યાં વિચારોનું ઘમસાણ શરૂ થઈ ગયું. કામ કરતી વખતેય મન નહોતું ભટકતું, એટલું ભટકવા માંડે છે. આ બધાયનો અનુભવ છે. કામ કરતી વખતે મન સામું જોવાની આપણને ફુરસદ જ નથી હોતી એટલે મનની રખડપટ્ટી આપણા ધ્યાનમાં આવતી નથી. વળી એ ભટકવા માંડે તો ચાબુક મારીને પણ આપણે એને વશ કરી લઈએ છીએ, પાછું યથાસ્થાને આણી દઈએ છીએ. શૂન્યની તો વાત જ જવા દો, મૌન જ થતું નથી ત્યાં! તો શું કરવું? જે ખેલ ખેલાય તે જોયા કરવો. 'હું કશું જોઈશ નહીં' એવો સંકલ્પ કરવાની જરૂર નથી. આપણે કાંઈ મૌનમાં બેઠા છીએ તો કશું જોવા માટે નહીં, જોવું તે કાંઈ આપણું પ્રયોજન નથી. પણ દેખાય જ છે, તો સહેજે જોઈ લીધું. વળી પાછું આપણે જોઈ રહ્યા છીએ તેનું ભાન થયું તો વળી પાછા મૌનમાં ચાલ્યા ગયા. પરંતુ એક વાત ધ્યાનમાં રાખજો કે મૌનમાં બેઠા ત્યારે

જે કંઈ વિચારો આવે તેમાં રાગદ્વેષ ના રાખશો. 'અરે, હું આટલો પાપી હતો, કે મારામાં આટલો ક્રોધ હતો!'— તેવા કોઈ રાગદ્વેષ પેદા ના થવા દેશો. નહીં તો પાછા બંધાઈ જશો. The very perception results in elimination provided there is no self-defence and justification of what has been seen. જે કંઈ દેખાયું, તેનું સમર્થન પણ નહીં કે તેનો બચાવ પણ નહીં. કશો રાગદ્વેષ ન ઊઠવો જોઈએ. આ પ્રકારના એક નિર્દોષ અવધાનની અવસ્થામાં તમે રહેશો તો ધીરે ધીરે 'હું જોઈ રહ્યો છુ" એ ભાવ પણ શાંત થતો જશે.

'સમય' નામના બંધનથી બંધાશો નહીં

ત્યાર બાદ દશ્યો પણ ગયાં અને દ્રષ્ટા પણ ગયો. આ પ્રકારે મૌનમાં પ્રવેશ થશે. આવા મૌનમાં ઝટઝટ દાખલ થઈ જવાની આતુરતા મનમાં પેદા ના થવા દેશો. કારણ 'જલદી અને ધીમે' નામનો શબ્દોને તો 'કાળ'—Psychological time, નામની ગણુના સાથે સંબંધ છે. જે સમય મિથ્યા છે, માનવનિર્મિત છે, તેને તમારી સાધનાના વિકાસનું માપદંડ ના બનાવશો. એમાંથી આતુરતા અને પછી અધીરાઈ આવે છે, જે બોજો ઉત્પન્ન કરીને ભારે ગરબડ મચાવી દે છે. એટલે જોતાં રહેવું. ધીરે ધીરે આ જોવાની અવસ્થા પણ ચેતનાનો એક સ્વાભાવિક આયામ બની જશે. આમ કરતાં કરતાં, સાતત્યપૂર્વક સાધના કરતાં કરતાં કદીક કેવળ શૂન્યમાં દાખલ થઈ જવાય તો પછી ત્યાં તમારી જાતને છુટ્ટી છોડી દો. ત્યાં તમારે કશું જ કરવા-કારવવાનું નથી. હવે તમારા પુરુષાર્થનું ક્ષેત્ર સમાપ્ત થાય છે. આમ, જોવાનો જે એક રેશમી તંતુ હતો તે તમને ધીરે ધીરે પકડીને

શૂન્યના મહાલયમાં લઈ ગયેા. ત્યાર પછી એકદમ નિશ્ચિંત થઈ ને મનુષ્યે પેાતાની જાતને છેાડી દેવાની છે.

પછી પ્રપત્તિનાં પ્રાંગણમાં

હવે તેા આાં શૂન્ય માત્ર છે. ચારેકેાર અંધારું જ દેખાય છે. હવે આગળ શું થશે, તેની પાછી કશી ખબર નથી. આ 'ન જાણવાની' અવસ્થા એ અજ્ઞાનની અવસ્થા નથી. કારણ કે તમે તેા જ્ઞાનપૂર્વક, સમજણપૂર્વક ચાલતાં ચાલતાં જ્ઞાનને કિનારે આવીને ઊભા છેા. તમે શબ્દાેને કિનારે આવી પહેાંચ્યા. હવે આની આગળ શબ્દેા નથી, મન નથી, જ્ઞાન નથી. એટલે આ 'ન જાણવાની' અવસ્થા તે અજ્ઞાનની અવસ્થાથી તદ્દન ભિન્ન એવી નિર્દોષ અવસ્થા છે. એટલે જ મેં એને 'પ્રપત્તિ'ની, 'શરણાગતિ'ની અવસ્થા કહી. હવે આની આગળ તમારી સાથે જે થવાનું હશે તે થશે. તમે કશું જ કરવા નહીં પામેા. જે કાંઈ થશે તેને શરૂ શરૂમાં તેા તમે શબ્દાેમાં પકડી પણ નહીં શકેા. માત્ર એને થવા દેવાનું છે.

પરંતુ અહીં જ થાપ ખાઈ બેસાય છે. માણસ થવા દેતેા નથી. એ બીવા માંડે છે કે હું ખાલી થઈ ગયેા છું. સામે કેાઈ ખાડેા છે, તેમાં પડી જઈશ. આ મૃત્યુ તેા નથી ને? કલાકેા સુધી આમ ને આમ બેઠેા રહ્યો છું, છતાંય કશું થતું નથી. આવી લાગણીએા સાધકના મનમાં ઊભરાય છે. પદાર્થનેા અર્થ એ જાણવા માંગે તેા તેા ઠીક પણ આ તેા શૂન્યનેા પણ અર્થ ઘટાવવા માંગે છે. પદાર્થને તેા નામ છે, રૂપ છે, સહચારી ભાવ છે, બીજા પદાર્થો સાથે એનેા સંબંધ છે, એટલે એનું અર્થઘટન તેા સમજાય છે પણ શૂન્યનુંય અર્થઘટન? આ રીતે મારે કેટલેા સમય ગાળવેા

પડશે ? બસ, આ જ પ્રશ્ન ! મનુષ્ય શૂન્યમાં પોતાની જાતને છોડી દઈ શકતો નથી.

પૂરા વિલોપન સિવાય ક્રાંતિ નહીં

મુંબઈમાં આનંદમયી માના એક ભક્ત મળ્યા હતા. વર્ષો પહેલાંની ઘટના છે. કદાચ બારેક વર્ષ તો થઈ જ ગયાં એ વાતને. કહેતા હતા કે વીસ વીસ વર્ષોથી માની પાસે જાઉં છું. પણ કશું થતું નથી. કોઈ પરિવર્તન આવતું નથી કે નથી થતી કોઈ પ્રગતિ! તો મેં પૂછ્યું કે 'માએ એવું કહ્યું છે શું?' તો કહે, 'ના, માએ કશું નથી કહ્યું. મને પોતાને એવું લાગે છે.' તો મેં કહ્યું કે 'તમને પોતાને જે લાગે છે તે યોગ્ય માનવું હતું તો પછી માની પાસે ગયા જ શું કરવા? કાં તો એમના પર છોડવું હતું, કાં તમારા પોતા પર. એમાંથી એક જોઈએ; આ તો જવું એમની પાસે અને જજમેન્ટ પોતાનું!'

હું તમને સરળ ભાષામાં એક પાયાની વાત કહેવા માંગું છું—પછી સંયોગ એવો થયો કે ત્યાર બાદ મારે બનારસ જવાનું થયું. ત્યાં મારા એક આપ્તજન, ગુરુજન હતા મહામહોપાધ્યાય ગોપીનાથ કવિરાજ. જ્યારે જ્યારે મારે કાશી જવાનું થાય ત્યારે એમની પાસે જતી, કાં મા પાસે જતી. મારી ચૌદ વર્ષની ઉંમરે માની સાથે મારો પરિચય થયો હતો. મારે સંન્યાસ લેવો હતો—સંન્યાસની દીક્ષા. મૅટ્રિકની પરીક્ષા પાસ કરીને સીધી વૃંદાવન પહોંચી મા પાસે. કહ્યું, "મા, સંન્યાસ લેવો છે અને કોઈ સ્ત્રી પાસે લેવો છે, પુરુષ પાસે નહીં." તો મા બોલ્યાં, "અચ્છા! સંન્યાસ લેવો છે? સંન્યાસ કપડાંમાં હોય ખરો? આ સંન્યાસ તે કપડાંમાં હોતો હશે રે? જા, જા,

ઘેર જા, ભણ. સંન્યાસ ઊગશે દિલમાં, હૃદયમાં જ એ જાગશે." તો મા સાથે મારો પુરાણો પરિચય છે. તો એમની પાસે હું ગઈ હતી અને સંજોગવશાત્ પેલા ભાઈ પણ ત્યાં હાજર હતા. તો મેં માને કહ્યું, "મા, તમારા આ ભક્ત મને મુંબઈમાં મળ્યા હતા અને કહેતા હતા કે વીસ વીસ વર્ષ વીતી ગયાં પણ કશું થતું નથી!" તો માએ શું જવાબ આપ્યો હશે? બોલી, "જો બાબા, કેવી રીતે કાંઈ થાય? તું તો મરતો જ નથી! ....તું મરે તો કાંઈ થાય. બાબા! તને હજી મરતાં ન આવડયું." તો આ તો એમની ભાષા થઈ. ભાવાર્થ એ હતો કે તમે આવતા તો રહો છો પણ તમે પોતે બચી રહેવા માંગો છો અને મારાથી એટલું વેગળું રાખવા માંગો છો. મરતા નથી એકવાર—તો કહેવાની માની એક પદ્ધતિ. હું કહું છું કે મનુષ્ય શૂન્યમાં દાખલ થાય છે પછી, મૌનનો સ્પર્શ થાય છે ત્યાર બાદ એ દિશાહીન, નાદમુક્ત શૂન્યના સ્પર્શથી માણસ ગભરાઈ ઊઠે છે. એ ત્યાંથી પાછો વળવા માંગે છે. કોઈને પૂછવા એ અધીરો થઈ બેસે છે કે હવે પછી એના પર શી વીતશે? એ છોડી દેવા નથી તૈયાર થતો કે જે થવાનું હશે તે થશે અને તે જોયું જશે. હવે મારું કરવું-કારવવું પૂરું થયું. મારી સાથે જે કાંઈ કરવું હોય તે એ કરશે. એક unconditional surrender ની વાત છે આમાં. પણ લોકોને surrender શબ્દ રુચતો નથી, કારણ કે પુરુષાર્થમાં પૌરુષ છે, અને પ્રપત્તિમાં પૌરુષ નથી એમ લોકો માને છે.

અહં સાથે ફરી એક લડાઈ

પણ પોતાને છોડી દેવામાં કંઈ ઓછું સાહસ નથી.

આ રીતે પોતાને છોડી દેનારનો અહં the self, the ego, વ્યક્તિત્વ છે તે બધો અહં, 'મમ'નો જે પસારો છે, મારું-તારુંની જે ભેદાત્મક પ્રતીતિ છે એ બધું ડૂબી જાય છે. બિંદુ સિંધુમાં મળી ગયા પછી બિન્દુ તરીકે રહી શકતું નથી, એ તો જળરૂપ થઈ જાય છે. પણ અહીં તો અમૃતને ચાખવું છે, જોવું છે. એનું વર્ણન પણ બીજા પાસે કરવું છે. પણ સાથેાસાથ અમૃત સાથેનું અદ્વૈત પણ સાધવું છે. માનવના મનમાં આ એક ભારે Confusion છે. જેવી રીતે મીઠું પાણીમાં ઓગળી જાય છે તેવી રીતે ચેતના શૂન્યમાં ઓગળી જાય એવી તદ્રુપતાની, તાદાત્મ્યની ઘટના ત્યાં પ્રગટ કરવાની છે. આ બિન્દુએ મનુષ્યની અહં-ગ્રંથી ફરી એકવાર જાગૃત થઈને પોતાનું માથું ઊંચકે છે.

ઘટના આડે રોડાં ન બનીએ

'મારા મિત્રો! શૂન્યનો સ્પર્શ થાય ત્યાં પોતાની જાતને સમગ્રપણે છોડી દેવી પડશે. જેવી રીતે નદીમાં તરવા ઊતરો છો તો કેવી છલાંગ મારો છો! ત્યાં કદી તમે કહો છો કે હું તો એક પગ કાંઠા પર રાખીશ અને બીજા પગે નદીમાં તરીશ? તરવા માટે તો નદીમાં પૂરેપૂરું ઝુકાવવું પડે છે. "जिन खोजा तिन पाईयाँ गहरे पानी पैठ। मैं बौरी ढूंढन चली रही किनारे बैठ। નદી કાંઠે બેસી રહેનારા માટે તરવાનું કામ ના થઈ શકે. એટલા માટે વ્યક્તિચેતનાનું સંપૂર્ણ વિલોપન વિશ્વચેતનામાં થવા દેવાનું છે. આ વિશ્વચેતનાનું અવતરણ જે વ્યક્તિચેતનામાં થવા દેવાનું છે, જે પેલા શૂન્યના ગર્ભમાં ઘટિત થવાનું છે તેના રસ્તામાં આપણે રોડાં નાખીએ છીએ. આપણા તર્ક, અનુમાન અને ભય દ્વારા આપણે અંતરાયો ઊભા ન કરીએ. આપણે પોતે જ

વિઘ્ન ના બની જઈએ. વિશ્વચેતનાની ગોદમાં આપણી જાતને છોડી દઈએ. આ જ છે અંતિમ પુરુષાર્થ.

મંજિલ નક્કી કરી ચાલવા માંડીએ

આપણે આપણી જાતને તપાસવાની છે. સંસારી, સત્સંગી, મુમુક્ષુ, સાધક, પુરુષાર્થી, તપસ્વી સાધક અને છેવટે શરણાગત— આ બધી ભૂમિકાઓમાંથી આપણે કઈ ભૂમિકામાં છીએ તે જાણી લેવું પડશે. આપણો હેતુ શો છે ? શું ક્યાંક જઈને કેવળ માનસિક આરામ જોઈએ છે ? અથવા તો માનસિક સહારો મેળવવાનો છે કે આપણા જીવનમાં દ્વૈત–અદ્વૈતનું જે રહસ્ય છે, તે રહસ્યનું ઉદ્ઘાટન પામવું છે ? આટલું તપાસી લેવાશે તો આગળનો રસ્તો એની મેળે અંદરથી સાફ થયા કરશે. બહારની વ્યક્તિ તો સામાન્ય દિશા દેખાડી શકે. દિગ્દર્શન થઈ શકે, પરંતુ યાત્રા તો આપણા પોતાના પગ વડે જ કરવી પડશે ને ભાઈ ! આ રીતે આ રસ્તા પર અંદર લઈ જનારી Home Coming ની તમારી યાત્રા શરૂ થઈ શકે, નિજરૂપમાં સમાઈ જવાની પરમ પાવન યાત્રા શરૂ કરવાની પ્રભુ તમને પ્રેરણા આપે એટલી પ્રાર્થનાની સાથે પ્રભાતનું પ્રવચન અહીં પૂર્ણ કરીએ.

[તા. ૩-૨-૮૧, પ્રાતઃ પ્રવચન]

ત્રીજી

પ્રશ્નોત્તરી

પ્રશ્ન : આપે કહ્યું કે હમેશા આંતરિક અનુસંધાન ટકાવી રાખવું. જે કાંઈ કરીએ તે પ્રભુસત્તાના અવધાન સાથે કરવું. તો આ સતત અવધાન (constant awareness) કેવી રીતે મેળવવું ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : મારા માનવા મુજબ તો એ દિવસથી હું આ જ વાત કરી રહી છું. એના કોઈ નિયમો હું નથી બતાવતી. પરંતુ કોઈ વ્યક્તિ એમાંથી પોતાના માટે નિયમો બનાવી લઈ શકશે, પોતાને અનુકૂળ એવી ભૂમિકા બનતી જશે એવી મારી આશા છે.

આત્મસત્તાનું અવધાન પ્રાપ્ત થાય તે પહેલાં માણસ કોઈ પણ કર્મ બેભાનાવસ્થામાં ના કરે, પ્રત્યેક કર્મ તે સભાન રહીને કરે. આપણો ઘણોખરો વ્યવહાર બેભાન-પણે, અભાનપણે થતો હોય છે. એમાં અનાવધાનતા, તંદ્રા

હોય છે. Inattentiveness, Absent mindedness. જેમ કે ઘરની, કુટુંબની એક પરંપરા હોય છે, દરેક વર્ણના રીતરિવાજ હોય છે, દરેક ધર્મનાં પોતાનાં મૂલ્યાંકન હોય છે. તો નાનપણથી જ આ બધું જોતો આવેલો માણસ એને absorb કરી જાય છે. એને પોતાને એની ખબર જ નથી હોતી. પોતાના માટે વિચારી લેવાનું એને કદી સૂઝતું જ નથી હોતું. आगे से चली आती है—બસ, ચાલ્યા કરે છે અને એ જોતો ચાલે છે. ઘર તથા સમાજની અપેક્ષા મુજબ એની ટેવો ઘડાતી જાય છે. આમ, એનો ઘણોખરો વ્યવહાર આદત મુજબ ચાલતો હોય છે. ખાવું-પીવું, પહેરવું-ઓઢવું, બોલવું-ચાલવું— આ બધું અને પ્રતિક્રિયાઓની પદ્ધતિઓ પણ એક ટેવ મુજબ થતી રહે છે. જે વાત તમે અવારનવાર, મહિનાઓ, વર્ષો સુધી કરતા આવો છે, તેની તમને એક ટેવ પડી જાય છે. પછી તેમાં અવધાનની જરૂર નથી રહેતી. તે એક યાંત્રિક ક્રિયા બની જાય છે. Repetitive mechanistic activities. તમને ખબર સુધ્ધાં નથી હોતી કે તમે કોઈક હિન્દુ જેવા પ્રત્યાઘાતો ઉઠાવી રહ્યા છો કે મુસલમાન જેવા પ્રત્યાઘાતો ઉઠાવી રહ્યા છો. આપણા પ્રત્યાઘાતોને આપણે કદી મૂલવતા પણ નથી.

આ બધો આદતનો વ્યવહાર લગભગ અભાનપણે થાય છે. One doesnot have to exert intellect, one doesnot have to exert reason, one doesnot exercise one's sensitivity. પરંપરાગત રીતે જે ચાલ્યું આવ્યું તેને પોતાના જીવન દ્વારા આગળ ધકેલતો એ ચાલ્યો જાય છે.

એટલે આત્મસત્તાના અવધાનના ઇચ્છુકે સૌ પહેલાં તો પોતાના પ્રત્યેક વ્યવહારના કર્મના આશયને સમજવો પડશે. પોતે આદતોનો કેટલો ગુલામ છે એ તો જરા સમજી લે! હવે એકદમ કૂદકો મારીને એમ ન ધારી લેતા કે પરંપરા ના હોવી જોઈએ એમ હું કહું છું. હું એવું નથી કહેતી. હું કહું છું કે જે કાંઈ કરો તે સમજીબૂજીને કરો. જે કંઈ જાણી-સમજીને કરો છો, તેના તમે ગુલામ નથી. જે વગર વિચાર્યે, ચાલ્યું આવે છે માટે કર્યે રાખ્યું, તેમાં અવધાન નથી. પોતે બોલી રહ્યા છે, પણ શું કામ બોલી રહ્યા છે, તેની ખબર નથી. 'કેમ ભાઈ, તમે આમ કેમ કહ્યું?' એમ પૂછીએ ત્યારે કહેશે કે મારો ભાવાર્થ કાંઈ આવો નહોતો. I didn't mean it. અરે ભલા માણુસ! If you didn't mean it, why did you say it?' તો કહેશે, "બસ, આમ જ નીકળી ગયું મોંમાંથી!" અરે ભાઈ, એમ મોંમાંથી કેમ નીકળી જાય! તમે પોતે શું બોલી રહ્યા છો, એનું તમને પોતાને જ ભાન ના હોય! આવાં જે કાયિક, વાચિક સ્થૂળ કર્મો છે, તેમાં પણ જો અવધાન ના હોય તો પછી આત્મ-સત્તાનું અવધાન કેવી રીતે આવે?

એટલે સવારથી રાત સુધી જે કાંઈ કરીએ તેમાં mindfulness આવે! ધ્યાન દઈને જે–તે કર્મો કરીએ, જવાબદારીપૂર્વક, સમજપૂર્વક કરીએ. આમ કરતાં કરતાં અંદરના હેતુ સમજાતા જશે. પછી તો સૂક્ષ્મ હેતુઓનું પણ ધ્યાન રહેશે. ચિત્તની દશા, ચિત્તની વૃત્તિઓનું ધ્યાન રહેશે. વગર સમજ્યે, આદતને કારણે કશું ના કરવું આવો એક Negative અભ્યાસ આરંભમાં કરવો પડશે. અર્થવિહોણું

કશું બોલવું નહીં, જે કંઈ કરીએ તેની જવાબદારી પોતે જ ઉઠાવીએ. આપણને આપણાં કર્મોની જવાબદારી પણ બીજા પર નાંખી દેવાની ટેવ હોય છે. પોતે કાંઈ કરી પાડયું અને પરિણામ ધાર્યાં બહારનાં આવ્યાં તો માણસ ઝટ દઈને શોધશે કે હવે આ કાર્યની જવાબદારી કોના ઉપર નાંખી દેવી! દોષનો ટોપલો આખો બીજાના માથા પર ચઢાવી દીધો કે પત્યું! આ વ્યક્તિને કારણે આમ થયું કે ફલાણી પરિસ્થિતિને કારણે તેમ થયું, મારા માબાપે ટેવ પાડી દીધેલી એટલે આમ થયું!

ખરી રીતે, પોતાનાં જે તે કર્મોની જવાબદારી પોતાના માથા પર રાખી એનાં ભલાંબૂરાં પરિણામોને સહેવાની તૈયારી રાખવી જોઈએ. આ પ્રમાણે કરતાં કરતાં માણસ તંદ્રાવસ્થામાંથી અવધાનયુક્ત અવસ્થામાં આવતો જશે. અવધાનની સંવેદનશીલતા આત્મસત્તાનો સ્પર્શ, તેનો સાક્ષાત્કાર કરાવશે. આત્મસત્તાનું અવધાન કેવી રીતે કરે— ત્યાંથી શરૂઆત કરશો તો ક્યાંય નહીં પહોંચાય. કારણ કે આત્મસત્તા સર્વત્ર છે, સર્વવ્યાપ્ત છે, સદા છે, અવિચ્છિન્ન છે. એને તમે પકડશો કેવી રીતે? એ નથી શાબ્દિક જ્ઞાન કે જેને તમે શબ્દથી પકડી શકો. નથી એ કોઈ પદાર્થ, જેને તમે ઇંદ્રિયોથી પકડી શકો.

એટલે પહેલાં કર્મને પકડો. દૃશ્યને બદલે દ્રષ્ટાને પકડો, ભોગ્યને બદલે ભોક્તાને પકડો. કશું પણ સમજ્યા વગર, અભાનપણે નહીં કરીએ.—આટલી તરલતા, તત્પરતા, સંવેદનશીલતા, અવધાનયુક્તતા એ આગળ વધતાં વધતાં પોતાના વ્યક્તિત્વનાં બધાં સ્તરોને ભીંજવતી આત્મદશાના અવધાન સુધી માણસને પહોંચાડી દેશે.

પ્રશ્ન : ચિત્તની એકાગ્રતા સધાઈ ના હોય તો પણ ધ્યાનાવસ્થામાં બેસી શકાય ? ધારણાશક્તિને વિકસાવવાની જરૂર નથી ? તો શું અમે જપ ના કરીએ ? ચક્રો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત ના કરીએ ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : જેમના સંસ્કારો માટે જે અનુકૂળ હોય તે કરવું. મેં તો કહ્યું હતું કે જપ કરવાનું કર્મ એ પોતે ધ્યાન નથી, એટલું સમજીને જપ કરીએ. પૂજા, અર્ચના, આરાધના, ઉપાસના એ ધ્યાન નથી તેટલું સમજીએ. ધ્યાન સમજવા માટે ધ્યાન શું નથી તે પહેલાં સમજી લેવું પડે છે.

તમારું મન શાંત થઈને એકાગ્રપણે બેસી શકતું ના હોય તો તમારે મદદ લેવી પડશે. સંગીત ગાતાં ગાતાં કોઈનું ચિત્ત શાંત થાય છે. પહેલાં ચિત્ત શાંત તો થાય, સ્થિર તો થાય, પછી ધ્યાનની વાત થશે આગળ ઉપર !

એક છોકરો આવીને કહે, "દીદી, મન મારું ખૂબ ભટકે છે. પાંચ મિનિટ માટે પણ મારાથી એક સ્થળે બેસાતું નથી." તો મેં એને પૂછ્યું કે "તારી કોઈ હોબી છે, તને કાંઈ શોખ-બોખ ખરો કે ?" તો કહે, "હા, મને બંસરી વગાડવાનો શોખ છે." તો મેં એને કહ્યું કે બસ ત્યારે, તું બંસી લઈને બેસી જા. પછી જ્યારે તારું મન શાંત થયું છે એવું તને લાગે, ત્યારે તું વાસળીને બાજુ પર મૂકી દઈને, પાંચ-દશ મિનિટ જેટલું બેસાય તેટલું શાંતિપૂર્વક બેસજે, ઘડિયાળમાં જોઈશ નહીં. તો કોઈકનું ચિત્ત સંગીતથી, તો કોઈકનું મંત્રજાપથી શાંત થશે. કોઈને મંત્રપાઠથી લાભ થતો હોય તો ભલેને તેમ કરો.

પરંતુ આપણે જે કાંઈ કર્મ કરીએ છીએ, તેના સંસ્કારો ઊઠતા હોય છે, તેમાંથી અનુભૂતિઓ થતી હોય છે. ચિત્ત જો ચક્ર પર એકાગ્ર કરશો તો ચક્રની ગતિ જાગૃત થશે, પછી એ શક્તિમાંથી, અનુભૂતિમાંથી તમારે પસાર થવું પડશે. શક્તિને ધારણ કરવી પડે છે. અનુભૂતિ ભોક્તાભાવને દૃઢ કરે છે. પછી તે એક લાંબો રસ્તો થઈ પડે છે. તો પ્રયોજન સમજીને કર્મ કરો. જપ કરવાથી આનંદ થતો હોય તો કરો જપ. ઉપનિષદો ગાવાથી, સામવેદની ઋચાઓ બોલવાથી નિરામય આનંદ આવતો હોય તો પહેલાં તે કરવું અને એમાં સમય વિતાવતાં વિતાવતાં મન શાંત થઈ ગયું તો ત્યાં તે ક્રિયાને છોડી દો. તો પછી તમારો કર્તાભાવ શાંત થઈ જશે. ધ્યાન એટલે મનની બધી ગતિઓનું શાંત થવું તે. ચેતન, અચેતન, અવચેતન એ બધી ગતિઓએ છેવટે શાંત થવાનું છે. જ્યાં સુધી મન ગતિ કરતું રહેશે, ક્રિયા કરતું રહેશે ત્યાં સુધી એ કર્તાભાવમાં રહેશે. જે કાંઈ અનુભૂતિ થશે તેના ભોક્તાભાવમાં એ રહેશે. એ ક્રિયાઓને પરિણામે રસ પડશે અથવા નહીં પડે તો રાગદ્વેષમાંથી એને પસાર થવું પડશે. આટલું ધ્યાનમાં રાખીને એ બધું કરવું હોય તો કરાય.

પરંતુ મેં કહ્યું હતું કે વિદ્યાલયોમાં આ અનિવાર્ય બનવું જોઈએ. શિક્ષણનું આ એક અંગ હું માનું છું. શરીર માટે યોગાસન, પ્રાણશક્તિ, શ્વસનશક્તિ દૃઢ બને તે માટે પ્રાણાયામ, તેવી રીતે ધારણાશક્તિ મજબૂત બને તે માટે મૌન! ધારણાનો અભ્યાસ શિક્ષણમાં અનિવાર્ય હોવો જોઈએ.

આહારવિહારમાં સંયમ, જવાબદારીપૂર્વક વ્યવહાર કરવાથી વધનારી સંવેદનશીલતા અને ચિત્તને શાંત થવા

દેવાને માટે તક આપનારી તત્પરતા—આ ત્રણ વસ્તુ હશે તો ધ્યાન દશા સુધી પહોંચી શકાશે.

પ્રશ્ન: Non-reactional attention—પ્રતિક્રિયામુક્ત અવધાનની તમે વાત કરી. તો attentionને બદલે, દુર્લક્ષ્ય, non-attention શું કામ ન સેવવું?

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): Non-reactional attention is the content of observation. દ્રષ્ટુત્વ એક ચીજ છે અને ભોક્તાભાવ બીજી ચીજ છે. મને શું ગમ્યું, શું ના ગમ્યું, મને તે કબૂલ છે કે નથી—આ બધું મૂલ્યાંકન અહંભાવ કરે છે. કર્તાભાવને આ બધામાંથી પસાર થવું પડે છે. આ પકડમાંથી છૂટવું હોય તો કાંઈક યુક્તિ શોધવી પડશે. કાંઈક જોયું કે કાંઈક કર્યું એની સાથે અહં પોતાનો કોઈ સંબંધ ના બાંધે, ચિત્તમાં એ ક્રિયાની કોઈ પ્રતિક્રિયા ના જાગે, તો કર્તા-ભોક્તાની ભૂમિકામાંથી દ્રષ્ટાની ભૂમિકામાં પહોંચી શકાય છે. હવે પ્રશ્ન છે કે જોવાને બદલે તેની ઉપેક્ષા જ શું કામ ના સેવવી? તમે પોતે તો દુર્લક્ષ કરવા જશો, પણ તમારી involuntary cerebral activity ક્યાં જશે? તમારી આંખોનો એક સ્વભાવ છે. આંખો ખુલ્લી છે તો એને રૂપ દેખાશે. તમે જોવા ઇચ્છો કે ના ઇચ્છો, આંખમાં દૃષ્ટિ છે. દૃષ્ટિનો સ્વભાવ છે જોવું. હવે એ દેખાયા પછી તમે એનું મૂલ્યાંકન કરો કે ના કરો, તેને માટે તમે સ્વાધીન છો. તમે તેની ઉપેક્ષા કરો તો તે ઉપેક્ષાવૃત્તિ પોતે પણ પોતાનામાં એક attitude જ છે, જેવી રીતે આસક્તિ એક ભૂમિકા છે, તેવી રીતે અનાસક્તિ પણ એક ભૂમિકા છે. જેવી રીતે ભોગ એક ભૂમિકા છે, તેવી રીતે ત્યાગ પણ એક ભૂમિકા છે. એવી રીતે ધ્યાન

આપવું એ એક ભૂમિકા છે, તો દુર્લક્ષ સેવવું એ પણ એક ભૂમિકા છે. એટલે એમાંથી કશુંય ના કરતાં જે કાંઈ જોયું તેનું કેવળ અવધાન રહ્યું. અવધાન પણ એટલા માટે રહ્યું કે અંદર એ શક્તિ પડેલી છે. Cognition is the nature of cerebral organ. આ ઐચ્છિક નથી, બલ્કે એક સ્વાભાવિક ક્રિયા છે. કોઈ વ્યક્તિ ભણેલીગણેલી ના હોય અને કોઈ પદાર્થ પહેલી જ વાર જોતી હોય તો એ કહેશે કે કાંઈક છે! પહેલાં એ પદાર્થ એણે જોયો હશે તો કહેશે કે વિમાન છે. એને જો space-craft વિષે ખબર હોય તો એ કહેશે કે space-craft જોયું. આટલું એ જોઈ જ લેશે કારણ કે જ્ઞાન એ આત્માનો સ્વભાવ છે, આત્માની ક્રિયા નથી.

તમારે અવધાન રાખવું નહીં પડે. મારો ભાર 'પ્રતિ-ક્રિયામુક્ત' શબ્દ પર હતો, 'અવધાન' શબ્દ પર નહોતો. આત્માના સ્વભાવમાં જે જ્ઞાન છે, જ્ઞાતૃત્વ, દ્રષ્ટૃત્વ છે તે વિષય-નિરપેક્ષ છે, વિષય-સાપેક્ષ નથી. બુદ્ધિથી જાણવું તે વિષય-સાપેક્ષ છે, પદાર્થ-સાપેક્ષ છે. પરંતુ આત્મામાં જે જ્ઞાતૃત્વ, દ્રષ્ટૃત્વ છે તે સ્વભાવ છે, વિષય-નિરપેક્ષ છે. Perceptive intelligence is the nature of life. એ એક એવી સંવેદનશીલતા છે, જેમાં જોવું એ જ અવધાન બની જાય છે.

એટલા માટે મનુષ્ય જો જાગૃત હશે તો એનું અવધાન આપોઆપ રહેશે અને એ અવધાનમાં પ્રતિક્રિયાઓ ઊઠવા દેવી કે ના દેવી એ અંગેની સ્વાધીનતા એ પોતાની પાસે રાખી શકશે. આટલો પુરુષાર્થ માણસ કરી શકે છે. Freedom of will, Freedom of action છે. એટલે

કાંઈક કામ કરવા હું જાઉં છું ત્યારે અંદરથી એક અવાજ આવે છે. ગાંધીજીએ આ અવાજને Inner Voice કહ્યો. માદામ બ્લેવેત્સ્કીએ આને Voice of Silence કહ્યો. સંત જ્ઞાનેશ્વરે આને 'સંવિત્‌નો ધ્વનિ' કહ્યો. કોઈકે આને 'पश्यन्ती वाक्' કહી દીધો. સાચા અને ખોટાની કસોટીઓ બુદ્ધિ પાસે પડેલી હોવા છતાં હું જ્યારે કોઈ ખાસ હેતુપૂર્વક ખોટું કામ કરવા જાઉં છું ત્યારે અંદરથી એ નિરપેક્ષ જ્ઞાતૃત્વ બોલી ઊઠે છે કે 'અરે! ખોટું છે આ! પાપ છે આ! આ ઠીક નથી! આ અપવિત્ર છે!' —કોઈક અવાજ આવું પોકારી ઊઠે છે.

આ જે કર્તૃત્વરહિત જ્ઞાતૃત્વ છે, આ જ તો છે મનુષ્યની ચેતનાનું સૌન્દર્ય. આ ચેતના ભારે જટિલ છે, complex છે, multidimensial, multi directional actionની શક્તિ છે એમાં. એટલે હું બેઠી છું અને મારે કાંઈ જોવું નથી, કાંઈ કરવું નથી, કાંઈ મેળવવું નથી. ન થવાની, ન કરવાની અવસ્થામાં હું શાંતિથી બેઠી છું, છતાંય હું જાગૃત છું. એટલે એક પ્રકારનું અવધાન, the flame of awareness shall be there. બસ, તમારે તો એટલો જ પુરુષાર્થ કરવાનો છે કે પ્રતિક્રિયાઓ ના ઊઠે, ત્યાર પછી તમારા પુરુષાર્થના ક્ષેત્રનો છેડો આવે છે.

તમે મૌનમાં બેસો છો ત્યારે તમે ઇચ્છો કે ના ઇચ્છો, પંખીઓનો કલરવ તમને સંભળાશે, જ્યારે તુરીયાવસ્થામાં જ્ઞાન નહીં, ભાન નહીં, ભાવ નહીં, કેવળ સહજ અવધાન શેષ રહી જશે. એ અવસ્થા સુધી પહોંચવાના સ્થૂળ ઉપાય રૂપે આ વાત આવી કે જે કાંઈ દેખાય તેની પ્રતિક્રિયા ચિત્તમાં ન ઊઠવા દેવી.

પ્રશ્ન : મારું કહેવાનું એમ હતું કે સ્થૂળ ભૂમિકા પર અવધાન રાખી સ્વાધીનતાપૂર્વક કાર્ય કરીએ, પણ ધ્યાનમાં બેસીએ ત્યારે જે કાંઈ વિચારો ઊઠે તેના પ્રત્યે અવધાન ના રાખીએ, દુર્લક્ષ્ય સેવીએ !

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : પણ દુર્લક્ષ્ય સેવીએ એટલે શું કરશો ?

પ્રશ્ન : Non attention !

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : Non attention તો શબ્દ થયો ભાઈ ! પણ આપણે બેઠા છીએ અને આવ્યો વિચાર. હવે શું કરીએ ?

પ્રશ્ન : બસ, એ વિચાર તરફ ધ્યાન જ ન આપીએ.

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : ધ્યાન ન આપીએ એને જ તો હું કહું છું કે એની સાથે આપણે સંબંધ ના બાંધીએ. આપણામાં કોઈ reaction ન ઊઠવા દઈએ તો જેવો એ આવ્યો તેવો ચાલ્યો જશે. આપણે જો react કરીએ છીએ તો We arrest the movement of that thouht.

પ્રશ્ન : જ્યાં attention થશે ત્યાં Reaction આવશે જ.

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : એવું કાંઈ જરૂરી નથી ભાઈ ! પણ ઠીક છે.

પ્રશ્ન : પણ React ન કરીએ એવી ભૂમિકા પર પહોંચ્યા ના હોઈએ ત્યાં સુધી એ અઘરું પડે છે. એના કરતાં attention જ ન આપવું એ કદાચ સહેલું પડે.

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : તમે જેટલી ઉપેક્ષા કરતા જશો એટલું એ વધારે માથા પર ચઢી બેસશે. તમે કહેશો કે વિચાર આવ્યો છે, પણ હું તો જોતો જ નથી, જોતો જ

નથીં, મારું ધ્યાન જ ત્યાં નથી!—આવું થશે. પ્રયોગ કરીને જોજો.

પ્રશ્ન: એ તો પાછું Reactoin જ થઈ જશે. એવું તો કરવાનું નથી. એની તરફ ધ્યાન જ ન દેવું એવું હું કહેવા માંગું છું. Awareness ને Non reactional attention નહીં, પણ non-attention જેવું કાંઈક કહેવા માંગું છું.

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): એ જ હું તમને કહી રહી હતી. Every word is loaded with association. અવધાનમાં જે જ્ઞાતૃત્વ છે તે ભીતરની Intelligenceનો સ્વભાવ છે. એક સંવેદનશીલતા ભરી પડી છે. બુદ્ધિથી જાણીબૂજીને કાંઈ જોવા બેઠા નથી એટલે કર્તાભાવ તો છૂટી જાય છે. પણ તેમ છતાંય દેખાય છે તો તેને હટાવવાનો પ્રયત્ન નહીં કરવાનો. જોવાની પણ જો તટસ્થતા આવી જાય તો જે કાંઈ દેખાય છે તેમાંથી પણ માણસ આગળ જતાં બહાર નીકળી શકે. એ ત્યાં અટકી નહીં પડે.

પરંતુ Attention શબ્દમાં આપણે એકબીજાને સમજાવી શકતા ના હોઈએ તો પછી બીજો કોઈ શબ્દ વાપરીએ. Attention માં Making an effort to attend એવો જે અર્થ તમે કરી રહ્યા છો, તેવો અર્થ મારા મનમાં નથી.

પ્રશ્ન: સત્સંગની ઇચ્છા મોટી ઉંમરે થાય છે. યુવાવસ્થામાં કામનો અનુભવ થાય અને આત્મવિશ્વાસ જાગે તે જરૂરી હોય છે. સાધના પ્રાપ્ત કરનારા લોકો પણ સિદ્ધ થઈ ગયા પછી જનકલ્યાણનાં કામોમાં લાગે છે, જેમ કે સ્વામીશ્રી ચિન્મયાનંદજી, શિવાનંદજી વગેરે. તો યુવાવસ્થાથી

જ જનપ્રવૃત્તિમાં લાગેલા લોકોએ સાધનામાંથી પસાર થયા પછી જ જનપ્રવૃત્તિ ઉપાડવી જોઈએ કે જનપ્રવૃત્તિ કરતાં કરતાં સાધના કરવી જોઈએ ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : જીવન જીવવું એ જ તો એક સાધના છે. સત્સંગમાં જવાની ઇચ્છા વૃદ્ધાવસ્થામાં જ થાય છે તેવું કાંઈ જરૂરી નથી. યુવાવસ્થામાં પણ તેવી ઇચ્છા થાય છે, બાળપણમાં પણ થાય છે. પણ એ વાત જવા દો. જ્યારે જેનો પુણ્યોદય જાગે ત્યારે તેનામાં સત્સંગની ઇચ્છા થશે.

બાકી તો પ્રવૃત્તિ નહીં, નિવૃત્તિ નહીં પણ સહજ વૃત્તિ કરીએ. જીવન જીવવું એ જ સાધના છે. એટલે કે જીવનમાં જીવતાં જીવતાં જીવનની જેટલી શુદ્ધિ થાય, ઇંદ્રિયોને જેટલી શુદ્ધ રાખી શકાય તેટલી રાખવાની કોશિશ થાય એ જ સાધના છે. માનવીય જીવનમાં શુદ્ધિ જ શક્તિ છે. હવે આ શુદ્ધિનો અર્થ Puritanism નથી, પાવિત્ર્યવાદ નથી. શુદ્ધિમાં કેવળ બાહ્યાચારનો આગ્રહ નથી. બાહ્યાચાર તો અંતરની શુદ્ધિનું પ્રતિબિંબ છે.

તો એવી રીતે જીવવું કે જેમાં ચિત્તશુદ્ધિ થાય. જન-સેવા અથવા જનપ્રવૃત્તિ પણ જો ચિત્તશુદ્ધિ કરતી હોય તો તે સાધનાનું કર્મ બની શકે છે. પરંતુ 'હું જનતા માટે કંઈક કરી રહ્યો છું, જનતાને એની કદર હોવી જોઈએ, મારી સેવાનું મને ફળ મળવું જોઈએ, મેં એને માટે ત્યાગ કર્યો છે એટલાની નોંધ તો કમ સે કમ લેવાવી જોઈએ'—આ પ્રકારનો અભિગમ જો ચિત્તમાં જનસેવા પ્રત્યેનો હશે તો તેવી જનસેવા દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ કે જીવન-શુદ્ધિ નહીં થાય. કારણ કે ત્યાં અન્યજન-ભાવ હાજર છે.

જનતા કાંઈક જુદી છે અને હું એમને માટે કાંઈક કરી રહ્યો છું.

હવે સ્વામી ચિન્મયાનંદ કે બીજા કોઈ અંગે કેવી રીતે કાંઈ પણ કહી શકું ? હું તો એટલું સમજું છું કે આત્મસાક્ષાત્કારી વ્યક્તિનાં કર્મો કરુણામૂલક હોય છે. રહી નથી શકાતું, સહી નથી શકાતું એટલે તેમના દ્વારા થઈ જતું હોય છે. 'હું કાંઈક કરી રહ્યો છું,' તેવો ભાવ ત્યાં નથી. દૃશ્ય-વ્યક્ત જગતમાં જે દ્વૈત છે તેને પાર કરી જવા માટે, જનતા અને મારી વચ્ચે જે અદ્વૈતનો સંબંધ છે, તે દ્વૈતાતીત સત્યની પ્રાપ્તિ માટે જો જનસેવા હશે તો તે સેવા ચિત્તને શુદ્ધ કરશે. તેવી સેવા કદી સોદો નહીં બને. પોતાની મહત્ત્વાકાંક્ષા પૂરી કરવાનું એ સાધન કે માધ્યમ નહીં બને. લોકો પર મારી સત્તા ચાલે, એવી વાસનાને સંતોષવા માટેની સેવા હશે તો તે સાધના નહીં બની શકે.

મારા આટલા શિષ્યો છે અથવા અનુયાયી છે, પ્રેમી છે, પાઠક વર્ગ છે—આમ, માણસ પોતાના પ્રભાવને મૂલવવા માટે કે આદર-સન્માન પામવા માટે એક વાડો બનાવી લે છે. આવી સેવા ગુણવિકાસમાં કે શક્તિ-વૃદ્ધિમાં મદદ નથી કરતી. એ તો મમત્વનું એક સલામત કૂંડાળું છે, વર્તુળ છે. સૌને પોતપોતાના અનુયાયીઓના વર્તુળમાં એક પ્રકારની સલામતી અનુભવાય છે. કલા, સંગીત કે દેશના નામે એનો મમત્વભાવ ત્યાં પોષાય છે. The ego gets gratified with the sense of psychological domination and sense of subtle psychological ownership. આમાં સેવા કેવી રીતે થાય ?

જીવનની એકતાની અનુભૂતિ માટે જો સાધના હોય તો લોકમાન્ય ટિળકે જેને 'કર્મયોગ' કહ્યો, ત્યાં સુધી માણુસ પહોંચી શકે. આપણી સામે ગાંધીજીનું જીવન તો છે જ. મને કદીય એમનાં દર્શન નથી થયાં, ન એમનાં આશ્રમોમાં હું રહી છું. અમે જ્યારે હાઇસ્કૂલમાં ભણુતા હતા ત્યારે શાળામાંથી ફક્ત એક વાર અમને બસમાં સેવાગ્રામ લઈ જવામાં આવ્યા હતા ત્યારે દૂરથી બાપુને જોયા હતા. ૧૯૪૬નો આ જ એક સંસ્કાર છે મારા ચિત્ત પર! પરંતુ ગાંધીજીનું જીવન એક સાધના છે. તેઓ કાંઈ નેતા બનવા માટે નેતા નહોતા થયા કે સમાજસુધારક કે સમાજસેવક બનવાની પણ એમની ભાવના નહોતી. જીવનશુદ્ધિમાં આ બધી ચીજો આવતી ગઈ. કોઈ નેતા હોત તો આમ કહી શકત કે સત્ય અને અહિંસાના આધારે સ્વરાજ્ય મળતું હોય તો મારે જોઈએ છે, નહીંતર નથી જોઈતું? કહી શકે કોઈ નેતા આવું? સ્વાધીનતા સેનાનો સેનાપતિ આવું બોલી શકે? અરે ભાઈ, સત્ય-અહિંસાને સ્વાધીનતા-સંગ્રામ સાથે સંબંધ શું છે? તો કહ્યું, "સત્ય અને અહિંસા પર આધારિત સ્વરાજ્ય મેળવશું તો તેથી માનવજાતિ ઊંચી ઊઠશે. માનવજાતિના સંસ્કારોને અસત્ય-માંથી સત્ય પ્રત્યે લઈ જવાનો પુરુષાર્થ થશે."

"અરે ભાઈ, પહેલાં તારા દેશને તો આઝાદ કર! છોડ આ સત્ય–અહિંસા!"

'સત્ય–અહિંસા વગરનું સ્વરાજ્ય મને ના ખપે'— આવું કહેનારા બાપુ સાધક હતા. એમની ખાદી અને એમના ગ્રામોદ્યોગો શોષણમુક્ત અર્થવ્યવસ્થાનો પાયો નાંખનારી ચીજો હતી. એ પણ એમની સાધનામાં સમાઈ

ગયા. લોકોને મૂંઝવણ થતી કે આ તે કોઈ સંત છે કે પાખંડી છે કે કોઈ રાજકારણી નેતા છે? એમના જીવનની સમગ્રતાને લોકો સમજી કેવી રીતે શકે? એમની સાધના સમગ્રતાને સ્પર્શવા માટેની હતી. આવી માનવાભિમુખ જીવનસાધનાનું નામ છે જનસેવા!

બીજા લોકોની જનસેવા અને સાધકની જનસેવામાં ફરક શું પડશે? સફળતાનાં માપદંડ, તોલા બદલાઈ જશે. જયપ્રકાશજીએ લખ્યું હતું કે હું તો અસફળતાઓનો સ્વામી છું. સામે સફળતા આવી તો એને ઠોકર મારીને આગળ વધ્યો છું. સફળતા-નિષ્ફળતાની એમની વ્યાખ્યા સમાજની વ્યાખ્યા કરતાં જુદી હતી.

કર્મ કરતાં કરતાં ચિત્તશુદ્ધિ કેટલી થઈ, હેતુ કેટલો શુદ્ધ રહ્યો? શોષણ વગર કેટલું કર્મ થયું? કોઈના પર અન્યાય વગર કેટલું કામ આગળ વધ્યું?—આ બધાં પરિમાણોનો ખ્યાલ રાખતાં રાખતાં જીવનસાધક આગળ વધે છે. ચૌરીચૌરા કાંડ થયો તો આંદોલનને પાછું ખેંચી લેવાની હિંમત એ કરી શકતો હતો, પોતાની હિમાલય જેવડી ગંભીર ભૂલ થઈ તેવી કબૂલાત એ માણસ કરી શકતો હતો. મતલબ કે ચિત્તપ્રક્ષાલન, ચિત્તશુદ્ધિ પર જોર છે! એ ચિત્તશુદ્ધિમાં કંઈ વિઘ્નરૂપ થાય તો એને કબૂલ કરીને એ પાછાં ડગ ભરતા હતા. અપયશનો સ્વીકાર કરવામાં જીવન-સાધકને સંકોચ નથી થતો હોતો.

કહેવાયું છે કે Work is worship, service is worship. આ પ્રમાણે જનસેવા થતી હોય, જનસેવાના કર્મને આંતરિક સાધના સાથે સંબંધ હોય તો તે કર્મ બંધનકારક નથી નીવડતું. બલ્કે તે મુક્તિદાયક બની શકે છે. એક જ

વાત એમાં ધ્યાનમાં રાખવાની છે કે એમાં સેવા કરવાનો કે કર્મ કરવાનો આગ્રહ ના સેવવો જોઈએ. સેવારત લોકોને હમેશા કાંઈક ને કાંઈક કર્યા વગર ચેન પડતું નથી. વિનોબાજીએ શબ્દ વાપર્યો છે, 'તેઓ ક્રિયાગ્રસ્ત થઈ જાય છે. ક્રિયામાં વ્યસ્ત રહેનારા ક્રિયાગ્રસ્ત થઈ જાય છે.' તેઓ તો છે જ સાહિત્યસમ્રાટ. આવા કવિ લોકો તો શબ્દસૃષ્ટિના ઈશ્વર હોય છે, તો તેમણે કહી દીધું—ક્રિયાગ્રસ્ત! માણસને પછી કામનું એવું તો વ્યસન પડી જાય છે કે એક સ્થાનમાં શાંતિપૂર્વક તેઓ બેસી શકતા જ નથી. આવા લોકો પોતાના દેહને પણ ન્યાય આપતા નથી. કેટલાય લોકોને મેં કહેતાં સાંભળ્યા છે કે "ભાઈ, મને તો ખાવાનો-ય સમય મળતો નથી!" અરે ભલા માણસ, શાંતિથી ખા તો ખરો! ખાધા સિવાય તારી શક્તિ બધી કરમાઈ જશે! આ તે કેવી સેવા, મને કાંઈ સમજાતું નથી. ચર્ચા કરવામાં ચાર ચાર, છ છ કલાક આપી દેશે, પણ સમયસર ખાશે નહીં, સૂશે નહીં! આ તો પ્રભુદત્ત જીવનનું અપમાન છે! પ્રભુએ આપણને આટલી મોટી દોલત આપી, એનું જે અપમાન કરશે તે બીજાની સેવા શું કરશે? પરંતુ આજે તો સેવાનો અર્થ જ આવો થઈ ગયો છે. શું ધર્માચરણમાં કે શું સાધનામાં! "અરે, એમને તો ખાવાપીવાનુંય ભાન નથી, એટલા તો એ સાધનામાં મસ્ત છે."— કહેવાય છે! તો ભાઈ, આવા લોકોને કહો કે આવી મસ્તી તો વિકૃતિ છે. એની સાધનામાં કોઈ જરૂરિયાત નથી, કે નથી એનો કોઈ ઉપયોગ.

હકીકતમાં તો સાધના વૈજ્ઞાનિક બનવી જોઈએ, પદાર્થ-વિજ્ઞાનની accuracy અને precision સાધનામાં આવવાં

જોઈએ. રાત આખી ભજન ગાતાં રહ્યાં, શરીરમાં ગરમી વધી ગઈ, આંખો બળવા માંડી અને પછી અનેક રોગે દેહમાં ઘર કર્યું! આવી વ્યક્તિ માટે કહેવાશે કે 'એવા તો ભક્ત છે કે એમને પોતાના શરીરનીય કશી પડી નથી! જુઓને કેટલા રોગો છે દેહમાં!' હવે શરીરમાં વ્યાધિ હોવો એ કોઈ ગૌરવની બાબત છે? તમે સૌ મને માફ કરશો. અધ્યાત્મ ક્ષેત્રમાં, આત્મસાધનાના ક્ષેત્રમાં વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિ અને વૈજ્ઞાનિક વ્યવહાર લાવવો પડશે, શોષણમુક્તિ લાવવી પડશે. સ્વાધીનતા અને અભિક્રમ લાવવાં પડશે. આ ક્રાંતિ આપણા સૌની હજી વાટ જોઈને બેઠી છે. આર્થિક તેમ જ રાજકીય ક્ષેત્રે સમતા તથા સ્વાધીનતાનો પોકાર ઉઠાવનારી માનવજાતિ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં પણ એનો પોકાર કરવાની છે. આજ નહીં તો કાલે, પણ એ પોકાર ઊઠ્યા સિવાય રહેવાનો નથી.

તો સેવા એવી રીતે થવી જોઈએ કે સેવા કરનારાનાં દેહ, મન તથા બુદ્ધિ ખીલેલાં ફૂલ જેવાં રહે, પ્રફુલ્લિત રહે. સમયસર ખાધું-પીધું અને કામ કર્યું. સહજતાથી જે જીવી શકાય છે તેને નાહકનો માથા પરનો બોજો બનાવી દેવાય છે. લોકો સાધનાને પણ બોજો સમજે છે અને એના કલ્પિત બોજ હેઠળ કચડાતા, દબાતા, ઝૂકી વળતાં એ ચાલ્યે જાય છે.

સેવા અને સાધના શું સંકટ છે મારા ભાઈ?

आनंदाद् ह्येव खलु इमानि भूतानि जायन्ते ।
आनंदेन जातानि जीवन्ति
आनंद अेव अन्ते सर्वे प्रविलीयन्ते
आनंदं ब्रह्म, आनंदं ब्रह्म, आनंदं ब्रह्मेति व्यजानात् ॥

આ એટલા માટે કહું છું કે તમારી સેવા લોકોને મંજૂર ના હોય તો મનમાં ઉદ્વેગ ના થવો જોઈએ. અપમાન થયું તેવી ભાવના ના ઊઠવી જોઈએ. અચ્છા! સેવા નથી જોઈતી? કશો વાંધો નહીં! આરામથી ઘેર બેસી ગયા. પણ આજકાલ તો મામૂલી ચૂંટણીની હારજીતમાં માણસ દુશ્મનાવટ સુધી પહોંચી જાય છે. અરે, ચૂંટણી તો ખેલ છે. રમતમાં તો હારજીત હોય જ ને! આવી ખેલદિલી જનસેવામાં આવે ત્યારે તે જીવનની સાધના બને.

સાધકભાવે કરેલું કર્મ સાધના બને છે. એનાં જશ-અપજશનાં ત્રાજવાં જુદાં હોય છે. એને આંતરશુદ્ધિ સાથે સંબંધ છે. આટલી પરહેજી ધ્યાનમાં આવી જાય તો સાધના અને કર્મ, સાધના અને જનસેવા એ બંને જુદાં નહીં રહે. કોઈકની વૃત્તિ એકાંતપ્રિય હશે તો તે જનસેવા નહીં કરે. કોઈકની પ્રવૃત્તિ જનતામાં હળવાભળવાની હશે તો તે જનસેવા કરશે. કોઈકને પસંદ નહીં હોય, પરંતુ અનિવાર્યતા છે માટે કરશે.

૧૯૬૦ની વાત છે. મારું એક ભારે મોટું ઑપરેશન થયું. મોટર અકસ્માતમાં મારા મગજનાં કેટલાંક હાડકાં તૂટી ગયાં હતાં. લગભગ ચૌદ મહિના મારે જુદાં જુદાં દવાખાનાંમાં રહેવું પડયું. એમાંથી સાજી થઈ પછી વિનોબાજીને મળવા ગઈ. ત્યારે તેમની પદયાત્રા મોટે ભાગે ખંડવાલ જિલ્લામાં ચાલતી હતી. મને જોઈને કહે, "અરે વિમલાનંદ, મેં તો તને ઘણા પત્રો લખેલા. તને મળ્યા કે નહીં?" હું તો મૂંઝાઈ ગઈ. મને તો એમનો એક પણ પત્ર મળ્યો નહોતો. હું તો અવાક્ થઈને એમના ચહેરા સામું જોઈ રહી. તો વળી કહે, "અરે, 'લખેલા'

પત્રો નહીં, 'નહીં લખેલા' પત્રો મળ્યા કે નહીં? તું દવાખાનામાં છું અને ઑપરેશન થવાનું છે એની મને ખબર હતી. તારું મને સ્મરણ રહ્યા કરતું હતું, તો એ સ્મરણ એ જ શું પત્રલેખન નહોતું?" પોતે જ કહે છે અને હસીને વળી પાછા એ જ ઉમેરે છે, "અરે, બાપુ હોત ને તો તારી પાસે લેખિત પત્રો પહોંચત, તાર પહોંચત અને માણસો પણ પહોંચી ગયા હોત! એ તો હતા જ લોકસંગ્રહના કલાકાર! એમનામાં લોકસંગ્રહની કળા હતી. પરંતુ તારા આ બાબા તો છે ફક્કડ સંન્યાસી! ભૂદાન આંદોલનમાં આ જે લોકસંગ્રહ થયો છે તે Because of Vinoba નથી થયો, Inspite of Vinoba થયો છે!" —મહાપુરુષ ખરા ને! કહી દીધું કે Inspite of Vinoba, વિનોબાને કારણે નહીં. વિનોબા હોવા છતાં આમ થયું છે! પાછું ઉમેર્યું, "અરે, હું વળી આંદોલન કરવા અને લોકસંગ્રહ કરવા થોડો જ નીકળત! પરંતુ નસીબે ગરદન પકડી લીધી અને એણે બાપુ ગયા પછી મને ધરાર બહાર કાઢ્યો."

એક મહાન વ્યાસંગી, પ્રખર વિદ્વાન, પ્રતિભાશાળી વ્યક્તિ, સંન્યાસી, ફક્કડ તબિયતનો આદમી! પણ નિયતિએ એને આ દેશમાં ચૌદ ચૌદ વર્ષ ઘુમાવ્યો. એક ભારે મહત્ત્વનું ક્રાંતિપૂર્ણ કદમ એના દ્વારા ભરાવ્યું, જેથી 'આ પણ એક રસ્તો છે' એની જાણ દુનિયાને થઈ. તો પોતપોતાની તબિયત છે, સ્વભાવ છે, વૃત્તિ છે! બાપુની પણ એક તબિયત હતી. તો એમની સેવા અને સાધના એકાકાર થઈ ગઈ. વિનોબાજી ખુદ થઈને ના નીકળત, પણ દેશની પરિસ્થિતિએ એમને બહાર કાઢ્યા અને એમની પાસેથી કામ લીધું.

એટલે છેવટે તો ભાઈ, એક જ વાત યાદ રાખીએ કે દૂરથી જે દ્વૈત દેખાય છે, તેમાં કોઈ પણ જાતનું દ્વંદ્વ ઊભું કર્યા સિવાય દ્વૈતના સેતુને પાર કરીને પેલે પાર અદ્વૈતની જે નિરામય જીવનસત્તા છે, નિરપેક્ષ-સ્વયંભૂ-સ્વાશ્રયી સત્તા છે ત્યાં સુધી પહોંચવાના હેતુસર તમે જે કાંઈ કર્મ કરો તે પોતપોતાની વૃત્તિ અનુસાર કરશો તો તે સાધના બની શકશે.

[તા. ૩-૨-૮૧, મધ્યાહ્ન બેઠકમાં]

વ્યાખ્યાન ચોથું

વૈશ્વિક ચેતનાના મહાસાગરમાં

यज्जाग्रतो दूरमुदैति दैवम्
तदु सुप्तस्य तथैवैति ।
दूरंगमं ज्योतिषां ज्योतिरेकम्
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

આજે પ્રભુનામ સાંભળવાની ઇચ્છા હતી તે ભગવાને કૃપા કરીને પૂરી કરી. બે દિવસ પહેલાં જ બારીમાંથી નર્મદા મૈયા તરફ નજર ગઈ તો મને ત્યાં ધાર્મિકલાલજી જેવું કોઈ દેખાયું. પહેલાં તો ભ્રમ હશે, માનીને ટાળી દીધું. પણ વળી બે વાર એવું દેખાયું ત્યારે કાંતિભાઈ સુતરિયા દ્વારા વડોદરાથી એમને બોલાવી લીધા અને તેઓ આવી ગયા.

ભારતીય સંસ્કૃતિના તેઓ વાહક છે. રસ અને ભાવ જાગ્રત કરીને જનતાને શીખવનારા આ લોકશિક્ષકનો પરિચય આખા ભારતને થાય એવી મારી ઇચ્છા છે. કોઈ પણ

સંગત સિવાય સાવ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં આજે એમને કથા કહેવી પડી એનો મને સંકોચ છે. પણ હું એમને હૃદયપૂર્વક આશીર્વાદ આપું છું કે તેઓ આરોગ્યમય દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત કરે. જ્ઞાનમય પ્રવચનો કરતાં વધારે પ્રભાવી તેવું તેમનું રસાત્મક લોકશિક્ષણ ભારતભરમાં ફેલાય. રસની ખૂબી છે કે એ સીધેસીધું અંદર ઊતરી જાય છે, તેમાં કોઈ અંતરાય આડે આવતો નથી. 'ढाई अक्षर प्रेमके पढे सो पंडित होय'— એમના જેવા હરિરસ અને હરિનામ લૂંટાવીને લોકશિક્ષણ કરનારા સમક્ષ અમારા જેવા વિદ્વાનોની શી વિસાત ?

એમણે સંત તુકારામ તથા નરસિંહ ભગતની વાત છેડી. એક તરફ તો આ સાક્ષાત્કાર કે—

અખિલ બ્રહ્માંડમાં એક તું શ્રીહરિ
જૂજવે રૂપે અનંત ભાસે
......શૂન્યમાં શબ્દ થઈ વેદ ભાસે.

પ્રભુપ્રેમમાં મસ્ત થઈને જીવાતું એ જીવન—આ દેશની માટીના કણેકણમાં સમાયેલી આ અદ્ભુત સત્યકથા છે. આવા જ છે તુકારામ ! એમની અદ્વૈતની ભૂમિકા પણ એટલી જ પાકી—

तुका म्हणे आम्हीं विठ्ठलांचे दास
केला पिंडी ग्रास ब्रह्मांडा चा ।

—મારા પિંડમાં મેં બ્રહ્માંડનો કોળિયો કરી લીધો છે. આ ભક્તિ કોઈ નિર્બળોની, નિસ્તેજોની, નિષ્પ્રાણોની ભક્તિ નથી. આ તો છે ઓજસ્વતી, જાજ્વલ્યમાન ભક્તિ ! આવા મહાભાગવતોનું સ્મરણ આજે ધાર્મિકલાલજીએ કરાવ્યું. અત્યંત આનંદ !

તમે કહેશો કે ધ્યાન અને યોગના શિબિરમાં વળી આનું શું પ્રયોજન? આનું ભારે પ્રયોજન છે. એક છે અન્વય ભક્તિ અને બીજી છે વ્યતિરેક ભક્તિ! પ્રભુ સર્વત્ર છે; સર્વવ્યાપી છે. હમેશાય એ હતો અને હમેશા એ રહેશે. આવી જેની સત્તા છે તેને કેવળ શબ્દોથી કે જ્ઞાનથી જાણવામાં ચિત્તને સંતોષ નથી થતો. એની સાથે ભાવથી સંબંધ બાંધીએ તો કેમ? એ વિચાર ઊઠયો અને આ દેશમાં નિરાકાર, નિર્ગુણને સગુણ સાકારમાં બાંધવાની કળા અને જ્ઞાન ખીલ્યાં. પેલી નાનકડી આરાધ્યમૂર્તિ તો સંપૂર્ણ નિર્ગુણ નિરાકાર સર્વવ્યાપી પરમાત્માની પ્રતિનિધિ છે. મંત્રપૂર્વક આહ્વાન કરીને મૂર્તિમાં પ્રભુની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થાય છે, જેથી જો એ આંખોમાં વસી જાય, હૃદયમાં રમી જાય તો જ્યાં જ્યાં નજર પડે, ત્યાં એ ને એ. બસ, એ જ દેખાય! विषयांची आम्हां झाला नारायण। તુકારામ કહે છે કે જેટલા વિષયો હતા તે બધાય મારા માટે નારાયણ થઈ ગયા છે. એટલું જ નહીં—

जन्म घेणे लागे वासनेचा संगे
ते च झाली आंगे हरिरूप।

જે વાસનાને કારણે જન્મ લેવો પડે છે, તે મારી વાસનાઓ જ હરિરૂપ થઈ ગઈ!

હૃદયપ્રધાન ભાવુક વ્યક્તિઓ માટે આ પણ એક માર્ગ છે. જેવી રીતે મનમાંથી ઉન્મની તરફ જવાનો એક માર્ગ બુદ્ધિપ્રધાન જ્ઞાનમાર્ગ છે, તેવી રીતે જાગૃતિ, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિને ઓળંગીને તુરીયાવસ્થામાં જવાનો, દેહ તથા મનની તાદાત્મ્યતાના કારાગારમાંથી મુક્ત થઈને નિરપેક્ષ, સ્વાધીન અને સ્વાશ્રયી સ્વરૂપના સાક્ષાત્કારનો આ એક બીજો

માર્ગ છે. 'साधनानाम् अनेकता।'—આ જ તો છે આપણા દેશની અને સંસ્કૃતિની વિશેષતા. અહીં એક જ માર્ગનો સ્ટીમરોલર નથી. જે વ્યક્તિ જ્યાં ઊભી છે, ત્યાંથી તે પ્રભુને અનુસરે, ઊર્ધ્વગામી બને. ત્યાંથી જ નિજધામ જવાની એની યાત્રા શરૂ થાય. તો આ છે ભક્તિ! આજે તમને તમારી વિમલાબહેનનો એક નવો પરિચય થયો હશે. ભાઈ! હું તો ઉછરી છું જ પ્રભુના નામ અને પ્યાર પર!

'आशिक हैं तेरे नाम पर दीवाने बने बैठे हैं
पैदा न होता दर्द कभी मेरे रूह के खजाने में
सिर काट कर तेरे द्वार पर सरदार बने बैठे हैं।'

નામને, શબ્દને, શબ્દની સાથે યાત્રા કરનારા સહચારી ભાવો જે નાદમાં રહે છે તે નાદને પણ છોડીને મૌનમાં ચાલો આગળ......

માનસિક સ્તર છોડવું એ જ સમર્પણ

સંસાર શબ્દમાં છે. મનમાં સંસાર પડચો છે કારણ કે મનમાં ભીતરના આકાશમાં શબ્દ પડચો છે. એક પ્રકારની શબ્દાત્મિકા કાયા છે ત્યાં. આપણી ભીતરની સત્તા પર અંકાયેલા શબ્દમય સંસ્કાર કેટલાય ભવ્ય હોય, વ્યાપક હોય તોય એ બધી આખરે તો માણસે બનાવેલી દુનિયા છે. તો આવી એક સંસ્કારયુક્ત ચેતના છે જેના સ્તર પર આપણે જીવીએ છીએ. આજે પ્રભાતમાં જે મનની વાત થઈ હતી, જે કરણ છે, જેની ક્રિયા યાંત્રિક છે, જેનાં મૂળ ભૂતકાળમાં છે અને જે અનુભવોની હદ ઓળંગીને કદી આગળ વધી શકતું નથી, એવા મન દ્વારા જેને આપણે ધ્યાનાવસ્થા, સમાધિ કે આગળ જઈને સહજાવસ્થા કહીએ છીએ તેની

ઉપલબ્ધિ શક્ય નથી. એટલે વ્યક્ત જગતમાં મનનો ઉપ-યોગ હશે, પણ અવ્યક્ત જગતની સાથેના સંબંધમાં સાક્ષીભાવે રહેતા મનનો ઉપયોગ છે. અને અનંતની સાથેના સંબંધમાં તો માનવનિર્મિત દુનિયાની બહાર જે જીવન છે, તેમાં જીવવાનું થતું હોય છે. અનંતના પ્રાંગણમાં ન મનનો કર્તા-ભોક્તા ભાવ મદદ કરે છે, ન દ્રષ્ટા કે સાક્ષીભાવ! ત્યાં તો સંપૂર્ણપણે લીન થઈ જવું, બધી ગતિઓને વિસર્જિત કરી દઈને મૌનમાં ચાલ્યા જવું એ જ નમ્રતાની પરાકાષ્ઠા છે. એને જ સમર્પણ કહે છે—મનની સમસ્ત ક્રિયાઓનું વિસર્જન.

આ મનને કેવી રીતે ઓળંગવું તે આજે આખા જગત સામે પ્રશ્ન છે. મન અને બુદ્ધિની શક્તિઓ હવે તો યંત્રોમાં ભરી દીધી છે. કૉમ્પ્યુટર અને ઇલેક્ટ્રૉનિક બ્રેઈનમાં તો સ્મરણશક્તિ પણ ભરી દીધી છે. મેં લંડનમાં આનું પ્રદર્શન જોયું હતું. કૉમ્પ્યુટરમાં એક ચીઠ્ઠી પર લખીને નાંખી દો કે મારે રવીન્દ્રનાથ ટાગોરનું ચિત્ર જોઈએ. તો એ યંત્ર તમને એ ચિત્ર દોરી આપશે. મેં ચિઠ્ઠી લખી હતી કે મારે ઇંદ્રધનુષ્ય પર કવિતા જોઈએ. તો એક મિનિટમાં ઇંદ્રધનુષ્ય પર કવિતા રચાઈને બહાર નીકળી. આ ઇલેક્ટ્રૉનિક બ્રેઈન્સ વિદ્યાર્થીઓના પરીક્ષા-પેપર્સ તપાસી આપે છે. ભાષા અને ગણિતશાસ્ત્રના પણ. એમાં Permutation અને Combinationની શક્તિ છે. વળી સ્મરણશક્તિ પણ ભરવામાં આવી છે.

વિચારો પર મનનું-સંસ્કારોનું વર્ચસ્વ

મનનું કામ છે કે જ્ઞાન ગ્રહણ કરવું. filling in the data. મેધા, ધૃતિ, સ્મૃતિ—આ બધું તો યંત્ર દ્વારા થઈ

શકચું. તો સમજાઈ ગયું કે અરે, આ તો બધી યાંત્રિક ક્રિયા છે! આવા મનના હું મોહમાં પડી ગયો હતો? આ મનની પ્રતિક્રિયાઓ પર હું લટ્ટુ હતો? નહીં, નહીં, આનાથી સર્વથા ભિન્ન, સ્વતંત્ર એવી કોઈ મારી સત્તા છે કે નહીં—વીસમી સદીના અંતિમ દશકામાં મનુષ્યજાતિ સામેનો આ સવાલ છે. તમે સૌ જાણતા જ હશો કે વિચારની, ધનની, શસ્ત્રોની, રાજનીતિની કે સત્તાની શક્તિ આજે હારી ચૂકી છે. સમગ્ર વિશ્વના માનવીય જીવનના સંદર્ભમાં હું કહી રહી છું. આ બધી શક્તિઓ આજે હાર ખાઈ ચૂકી છે એટલે મનુષ્ય આજે શોધમાં છે. મનમાંથી ઉન્મની કે મૌન નામના નવા આયામની, શૂન્ય નામના નવા પરિમાણની શોધ આજે થઈ રહી છે. એક આંતરિક ક્રાંતિની ખોજ, જેથી તમારામાંથી એક નવો માનવ પેદા થાય, જે મનનોય ગુલામ ના હોય કે તનનોય ગુલામ ના હોય. એ નવો માણસ પછી નવો સમાજ બનાવશે. આ ચાર ચાર દિવસથી તમારી પાસે આ બધી વાતો મૂકી રહી છું તે તમને સૌને જીવનવિમુખ બનાવવા માટે નહીં; બલ્કે જીવન જીવવા માટે. શરીર અને મનના આ સંસ્કાર આજે અપૂરતા થઈ પડ્યા છે. વિકારો જોર કરે છે અને જ્ઞાન એક તરફ રહી જાય છે. વિકારોનું જોર ખાસ્સું છે.

રક્ષક ભક્ષક બની ગયા

સામ્યવાદીઓને આ વિકારોનો અનુભવ થઈ ગયો. એમણે કહ્યું, Workers of the world unit, wipe out the state boundaries and let there be the rule of proletariat. દેશદેશની વચ્ચે જે માનવનિર્મિત દીવાલો છે તે બધી તોડી પાડવામાં આવે અને જગતભરના શ્રમિકો,

દલિતો બધા એક થઈ જાય તો એક નવો રાજ્યમુક્ત, શોષણમુક્ત સમાજ બનાવીશું. હતું આ એક સ્વપ્ન ! પણ બંદૂકનો ભય દેખાડીને વિચારો પીરસાયા. જેમણે વિચારો ના સ્વીકાર્યા તેમનાં માથાં ઉડાડી દેવાયાં. પરંતુ આ જ્ઞાન પર પણ મન ચઢી બેઠું ! જે માનવતાવાદી હતા તે પાછળથી કેવા રાષ્ટ્રવાદી બની બેઠા ! અને એ લોકોમાંથી જ Managerial class ઉત્પન્ન થયો. આ બધી સામ્યવાદી જગતની કથા તમે જાણતા જ હશો. રશિયા અને ચીનમાં આ વસ્તુ એક પ્રકારે થઈ તો આપણે ત્યાં ગાંધીજીએ સર્વોદય વિચાર વહેતો મૂક્યો. એનો ખાસ્સો પ્રચાર પણ થયો. પણ અત્યારે શું ચાલે છે ? સત્તા-સંપત્તિનું પ્રલોભન માનવને ગાંધીજીની દિશામાંથી હટાવીને એવી દિશા તરફ ઢસડતો લઈ જઈ રહ્યો છે જ્યાં મનુષ્ય મનુષ્યતાથી પણ નીચલી કક્ષાએ ઊતરી રહ્યો છે. આ ચિત્ર છે જ આપણી સામે.

શૂન્યમાં છલાંગ મારવી પડશે

મતલબ કે જ્ઞાન કરતાંય જે ઊંડા સંસ્કારો પડેલા છે, અંદર જે રાગદ્વેષ ભર્યા છે તે બળવત્તર છે એ માણસે જોઈ લીધું. આ સંસ્કારોને દબાવી શકાતા નથી. એનો નિગ્રહ, દમન કે પીડન કરવાથી એ કચડી શકાતા નથી. એક તરફ કચડો તો બીજી તરફ એ માથું ઊંચકે છે. એટલે હવે આ મનનું શું કરવું તે સવાલ આવીને ઊભો છે. It's a question of survival of the human Values. આ એક આંતરિક સંપૂર્ણ ક્રાંતિની વાત છે. તો શબ્દોના કિનારે પહોંચીને, જ્ઞાનને કિનારે આવીને નમ્રતાપૂર્વક ઊભા રહી પ્રભુને કહેવું છે કે હે પ્રભુ ! આ મન, બુદ્ધિ, સંસ્કાર, જ્ઞાન–આ બધાં સાથે જીવન પરિવર્તન

થતું નથી. આ બધાં સાથે હવે તો અમે અકર્માવસ્થામાં પ્રવેશ કરીએ છીએ. હવે કશુંય કરવું નથી. બસ, તું જે કરીશ તે જોવું છે.

વ્યક્તિચેતના વિશ્વચેતનામાં લોપાય

તો I consciousness, self ego માં, અહંભાવમાં જે મારાપણાનો ભાવ પડ્યો છે, જે પૃથક્તાનો ભાવ પડ્યો છે–the myth of seperation nourished by the intellect and verbalisation–એને છોડી દેવાનો છે. નદીમાં છલાંગ મારવાનું જેમ માણસ સાહસ કરે છે તેવા સાહસપૂર્વક મનુષ્ય ભીતરના શૂન્યમાં છલાંગ મારીને કૂદી પડે. આ જ આપણે કરવાનું છે. The first and the last step ! બસ, છોડી દે પોતાની જાતને વિશ્વંભર પર, વૈશ્વિક ચેતના પર !

મહાશક્તિ વિશેની શ્રદ્ધા જોઈએ

જે લોકો સત્ય સાક્ષાત્કાર તથા જીવનના અર્થઘટન માટે બુદ્ધિને અંતિમ પ્રમાણ માને છે તેવા બુદ્ધિનિષ્ઠ લોકો મારી આ વાતનો સ્વીકાર કરી શકતા નથી. અધ્યાત્મ બુદ્ધિ-વિરોધી નથી, પરંતુ બુદ્ધિની પણ એક પરાકાષ્ઠા છે. બુદ્ધિ જ્યાંથી આગળ જઈ શકતી નથી ત્યાં શ્રદ્ધાનો પ્રદેશ છે, એ વાત પર એમને શ્રદ્ધા નથી. પરંતુ જીવનસાગર પર જન્મ-મરણનાં મોજાં ઊછળે છે એ જીવનની સત્તા પર શ્રદ્ધા જોઈએ. Faith in the divinity of life. જીવન એ કોઈ માનવે સર્જેલી દુનિયા નથી. વ્યક્ત કે અવ્યક્ત જીવન પાછળ એક મહાસત્તા કામ કરે છે એ વાત પર જેમની શ્રદ્ધા છે તેઓ જ ધ્યાન સુધી પહોંચી શકશે.

મનુષ્ય ઇન્દ્રિયોથી જેને સ્પર્શી શકે છે તે વ્યક્તસૃષ્ટિ કે નિસર્ગની વાત અહીં નથી. માનવનિર્મિત સમાજ અને

ઇન્દ્રિયગોચર વ્યક્તસૃષ્ટિથી પર જે અવ્યક્ત સૃષ્ટિ છે તેની ભીતર જે જીવનની સત્તા છે તેને સૂક્ષ્મેન્દ્રિયથી સ્પર્શ કરી શકાય. આમાં જે શ્રદ્ધાસભર છે તે જ ધ્યાન સુધી પહોંચી શકે; પરંતુ જે એમ માને છે કે મૌનમાં બેઠા પછી મનની બધી ક્રિયાઓ સમેટી લીધી છે તો પછી આગળ શું બને છે તે કેવી રીતે જાણી શકાય તે અમારી બુદ્ધિમાં ઊતરતું નથી? આવો યક્ષપ્રશ્ન જેની સામે ખડો છે તેને માટે ધ્યાન નથી.

વિશ્વાત્મા સાથે એકરૂપ

ધ્યાનની એક એવી અવસ્થા છે જેમાં તમારું રૂપ વિશ્વ-સત્તાથી અલગ રહી શકતું જ નથી. તમારી ભીતર અને બહાર જે વિરાટરૂપે મહાશૂન્યમાં ફેલાયેલું છે, તેનાથી તમારું રૂપ હવે પૃથક્ ના રહી શકે. હવે તો એની સાથે તદ્રૂપ થઈ જવાની વાત છે. તો વાત અહીં આવીને અટકે છે કે ભાઈ, ઓગળી જવું છે કે પૃથક્ રહેવું છે? ભક્તિમાં પણ આ જ વાત આવે છે, જ્ઞાનમાં પણ આ જ વાત આવે છે અને ધ્યાનમાં પણ એ જ! તો બુદ્ધિથી સમજાય કે ના સમજાય, પોતાની જાતને અનુભૂતિના હાથમાં છોડી દેવાની છે. લંગર ઉઠાવી લેવાનું છે. હવે જે થવાનું હોય તે થાય. આ પ્રકારની જેમનામાં શક્તિ છે, સાહસ છે, દૃઢ નિર્ણયશક્તિ છે તેઓ જ મૌનમાં પ્રવેશે તેવી મારી હાથ જોડીને વિનંતિ છે. કારણ કે તમારે આ અવસ્થામાં, એક અજબ અવસ્થામાંથી ગુજરવું પડશે. તમે બધી ક્રિયાઓને સમેટી લીધી હશે, વિચારોની કોઈ તાણ નહીં હોય, ભાવનાઓનું કોઈ દબાણ નહીં હોય, વાસનાઓનો કોઈ આવેગ નહીં હોય ત્યારે તમારું સમગ્ર વ્યક્તિત્વ એક એવા વિશ્રામબિન્દુએ પહોંચ્યું

હશે ત્યારે શૂન્યમાં સમાયેલી તમારી ઋતંભરા પ્રજ્ઞા જાગૃત થશે. હું બુદ્ધિની વાત નથી કરતી. બુદ્ધિ તો એક ખૂણામાં કર્મમુક્ત થઈને બેસી ગઈ હશે, પરંતુ વિશ્વવ્યાપી પ્રજ્ઞા પ્રગટ થશે. એને ધારણ કરવાની શક્તિ મનુષ્યમાં ના હોય તો મુશ્કેલીઓ વધે છે. એનાથી ચિત્તમાં વિક્ષિપ્તતા આવી શકે છે. યોગ્ય આહારવિહાર દ્વારા સંયમપૂર્વક શરીરની શુદ્ધિ ના હોય, શું થાય છે તે જોવાની તાલાવેલી પર સંયમની લગામ ના હોય તો પ્રજ્ઞાની જાગૃતિની ગતિ સહન નથી થઈ શકતી. અને ચિત્ત ખળભળી ઊઠયું હોય તેવું સેંકડો યુવક-યુવતીઓના પ્રયોગોમાં મને જોવા મળ્યું છે.

શૂન્ય એ ખાલીપો નથી

આહારવિહારની શુદ્ધિ કરવી નથી અને Short cut દ્વારા શક્તિપાત કરાવવા કંઈક કૃત્રિમ ઉપાયો શોધવા નીકળી પડ્યા. કૃત્રિમ રીતે પણ જ્યારે શૂન્યમાં પ્રવેશ થઈ જાય છે ત્યારે તેને જીરવવું અશક્ય થઈ પડે છે અને ચિત્તતંત્ર પર તેની ગંભીર અસરો નીપજે છે. અંદરના રક્તગોલકમાં જે શૂન્ય છે તે શૂન્ય રિક્ત નથી, એ તો પૂર્ણ છે. દ્વૈતની ભૂમિકાના શબ્દો અદ્વૈતની ભૂમિકાના વર્ણનમાં હમેશા અધૂરા પડે છે. એટલે શબ્દોને લઈ જવાની તાકાત હશે ત્યાં સુધી હું કહી શકું કે શૂન્યમાં સમાયેલી એ પ્રજ્ઞામાં શૂન્યાવકાશ નથી, ખાલીપો નથી. બહાર દેખાતા આ સમગ્ર અણુરેણુમાં, તમારી મારી વચ્ચેના અવકાશના અણુરેણુમાં કે આપણી અંદરના અણુરેણુમાં રિક્તતા નથી. એ પૂર્ણતા ભરેલું શૂન્ય છે. આ કોઈ કાવ્ય હું નથી રચી રહી, ન તો મારા ખીસાની કોઈ વાત ઉપજાવીને હું કહી રહી. જીવન સ્વયં કાવ્યમય છે, હું શું કરું?

વણઅેડાયેલી ઊર્જાઓના ક્ષેત્રમાં

આ શૂન્ય અનેક એવી ઊર્જાઓ દ્વારા પૂર્ણ છે, જે માનવીય સંસ્કારો દ્વારા દૂષિત નથી થઇ. માનવીય મને શબ્દો દ્વારા જેનો સ્પર્શ નથી કર્યો તેવી આ ઊર્જાઓ છે. શૂન્યમાં આ ઊર્જાઓ, શક્તિઓ જાગૃત થાય છે, પ્રવાહિત થાય છે. તમે ધ્યાનમાં અડધો-પોણો કલાક બેઠા, પછી જ્યારે મૌનમાંથી પાછા આવો છો, દેહભાન થાય છે ત્યારે તમને ખબર પડે છે કે અરે, મારું શરીર તો કાંપી રહ્યું છે. પછી તમને યાદ આવે છે કે મને તો કાંઈક પ્રકાશ જેવું દેખાયેલું, કાંઈક નાદ સંભળાયેલો. આવી ઘટનાઓને મહત્ત્વ આપવાનું મન થઈ જાય છે, પરંતુ એને જરા પણ મહત્ત્વ આપવાની જરૂર નથી. આ તો શબ્દ અને નાદથી મુક્ત થઈને અંદર દાખલ તો થઈ ગયા, પણ તેમ છતાંય થોડા સંસ્કાર શેષ રહી ગયા; એ સાથે ચાલ્યા તો કાંઈક દેખાયું. પણ પ્રકાશ દેખાયો તે કાંઈ આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ થઈ? અરે, અધ્યાત્મમાં અનુભૂતિઓ નથી રે મારા ભાઈ! અધ્યાત્મ તો છે કેવળ સત્તા ! “ सत्तामात्रशरीरं प्रणमत गोविन्दं परमानन्दम् ”—સત્તા છે, પણ અનુભૂતિ નથી, અનુભોક્તા જ નથી ત્યાં !

અનુભૂતિને મહત્ત્વ ના દેશો

તો વચગાળામાં આ જે અનુભૂતિઓ થાય છે તેને પોતાની પ્રાપ્તિ માનીને મનુષ્ય ત્યાં અટકી ન જાય. કારણ કે આમાં ભારે સુખ છે. પ્રકાશ પણ દેખાશે, કારણ કે એ અંદર છે જ. નાદ પણ સુણાશે, એ પણ ભીતર પડેલો જ છે. સપ્તરંગ છે, સપ્તનાદ છે, દશ પ્રકારના અગ્નિ છે, એ અગ્નિઓની શિખાઓ છે, જ્યોતિ છે. દેહના જુદા જુદા

ભાગોમાં વિવિધ પ્રકાશ ઝળકી ઊઠશે, પણ એને મહત્ત્વ આપવાનું નથી. જ્યાં સુધી મનમાં આ અનુભૂતિનું મહત્ત્વ રહેશે ત્યાં સુધી અનુભોક્તાના રૂપમાં અહંની ગ્રંથિ દૃઢ થતી ચાલી જશે. Then yon are still on the level of I consciousness, yon are prisoner of the mind still. અનુભૂતિઓ તો થાય. તેનો ઇન્કાર પણ નથી કરવાનો, તેને રોકવાની પણ નથી. પણ એને મહત્ત્વ પણ નથી દેવાનું કે અરે, મને તો આમ થયું ને તેમ થયું. અરે ભાઈ, મુંબઈથી પુનાને રસ્તે નીકળો તો વચમાં ખંડાલા, લોનાવલા આવે જ ને, એમાં નવાઈ શી? પરંતુ માણસથી આ ચીજને મહત્ત્વ આપી દેવાય છે. તો મારી અત્યંત નમ્ર વિનંતિ છે કે એને મહત્ત્વ ના દેશો કારણ કે આજે સમાજ અત્યંત ભોળો છે. અધ્યાત્મના નામે એનું એટલું તો શોષણ થઈ રહ્યું છે, એટલું પાખંડ ચાલે છે! ધર્મ અને અધ્યાત્મના નામે આ બધું ચાલી રહ્યું છે. જે લોકો અત્યંત ભાવુક હોય, લાગણીશીલ હોય, સ્વતંત્ર ચિંતન ખાસ કરતા ના હોય, પોતાની 'સમજણ'ને ખાસ અગત્યતા ન આપતા હોય એ બધા આમાં વહી જાય છે. અધ્યાત્મ કાંઈ એટલું સસ્તું નથી, એ કાંઈ એવું રસ્તામાં નથી પડ્યું કે ત્રણ દિવસમાં સમાધિ લાગી જાય અને સાત દિવસમાં વિદેહાવસ્થા, મુક્તિ સધાઈ જાય. પણ આજે અધ્યાત્મને બજારુ બનાવવામાં આવી રહ્યું છે.

"કોઈ ક્રિયા-જડ થઈ રહ્યા, શુષ્ક જ્ઞાનમાં કોઈ
માને મારગ મોક્ષનો, કરુણા ઉપજે જોઈ."

શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર ગાઈ રહ્યા છે. તો ફરી ફરીને કહું છું કે અનુભૂતિઓને મહત્ત્વ ના દેશો. ઘેર જઇને તમે ધ્યાનધારણા

કરશો, તો આ બધી ઘટનાઓમાંથી તમે પસાર થશો. બહુ બહુ તો આવી અનુભૂતિઓને લખી રાખજો પણ કોઈ સાથે એની ચર્ચામાં ના ઊતરશો. દશ માણસોને કહેતા ફરશો તો ફરી પાછો અહંનો ભાવ જાગશે કે આ બધાથી હું કાંઈક અલગ છું અને મને કંઈક થયું છે, કાંઈક વિશેષ મળ્યું છે.

અહંમુક્તિ એ જ અધ્યાત્મ

અધ્યાત્મની સાધના જ જો તમારા અહંકારને પોષણ આપતી થઈ જશે તો પછી નિરહંકારી થવા માટે બીજે તમે ક્યાં જશો ? પ્રભુનું નામ લેતાં લેતાં જ જો નામ-સ્મરણનો અહંકાર પેદા થશે, તો પછી નિરહંકારિતા મેળવશો ક્યાંથી ? છેવટે તો આપણે આ અહંકારની ગ્રંથિ-માંથી જ મુક્ત થવાનું છે ને ! The centre of the consciousness in the name of I, the ME, the Ego— એમાંથી જ આપણે મુક્તિ મેળવવી છે ને ! બીજા કશામાંથી તો મુક્ત થવાની વાત છે નહીં. માણસને બહારની કોઈ ચીજ તો બાંધતી નથી. બાંધે છે કેવળ 'હું", 'મારું-તારું !'— અહંભાવ અને મમભાવના આ સંસ્કારોથી આપણે જકડાયેલા છીએ. આ 'મારો વિચાર છે, આ મારાં પાપ-પુણ્ય છે....' આ જ તો આપણને બાંધે છે. તો એમાંથી બહાર નીકળવાનું છે. આપણા ઉપરણા પર ડાઘા ન પડે એ રીતે અહં અને મમના ક્ષેત્રમાંથી બહાર નીકળી જઈએ.

ગતિમુક્ત સત્તામાં પ્રવેશ

જ્યારે અનુભૂતિઓની ચર્ચા નહીં કરીએ, તેમાં રસ નહીં લઈએ તો પછી એ અનુભૂતિઓ પણ શાંત થઈ જશે. પ્રકાશ દેખાયો, નાદ સંભળાયો, કાંઈક સગુણ-સાકાર દેખાયું. હિંદુ ધર્મમાં ઊછર્યા છીએ તો કોઈકને શિવજી દેખાયા,

કોઈકને રાધા-કૃષ્ણ તો કોઈકને દેવી દેખાઈ! તો આ બધાં રૂપો સામે આવે તો તેમને પ્રણામ કરી આગળ વધવું. ત્યાં અટકી જવું નહીં. હિમાલયમાં ટીહરી અને ઉત્તરકાશી વચ્ચેની એક ગુફામાં હું નાનપણમાં અઢી-ત્રણ મહિના એકાંતમાં રહી હતી, મૌન જપ માટે. ત્યાં આવી અનુભૂતિઓ આવી. દૂરદર્શન થયું, દૂરશ્રવણ થયું…… જાતજાતના નાદ સંભળાયા. અવનવા રંગના પ્રકાશ! તમે સામે બેઠા છો અને તમારી-મારી વચ્ચે પ્રકાશ ખડો થઈ જાય! કદીક સુવર્ણમય હોય તો ક્યારેક વળી નીલો! પરંતુ ચિત્તમાં આનું આકર્ષણ ના હોય, એનું મહત્ત્વ ના હોય, એનામાં રસ ના હોય તો આ અત્યંત સાત્ત્વિક મનોરમ ઉપાધિઓ જે શક્તિરૂપે સામે પ્રગટ થઈ હતી, તે બધી શાંત પડી જશે. એમાંથી ગુજરી જઈએ, પસાર થઈ જઈએ, તો પછી ન કોઈ ઘટના છે, ન કોઈ અનુભૂતિ છે. પછી તો એક નિર્વિકાર, નિર્વિચાર આયામમાં મનુષ્ય પ્રતિષ્ઠિત થાય છે, જેને આપણે 'ગતિમુક્ત સ્થિતિ', motionlessness કહી વર્ણવી હતી—ગતિમુક્ત સત્તા! આ જીવનનો એક આયામ છે, ત્યાં ચેતના પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. પણ આથી સંસ્કારયુક્ત ચેતના જે અહં નામના કેન્દ્રને અને મન નામની પરિધિને લઈને દેહમાં પડેલી છે તે કાંઈ નષ્ટ નથી થઈ જતી.

તમે પૂછશો કે તમારું નામ શું? તો ઝટ કહી દઈશ—વિમલ! માબાપે રાખેલું નામ છે, આ કાંઈ મારું નામ થોડું જ છે? આ દેહમાં જે જીવન છે તે તો અનામી છે. પણ માબાપનું દીધેલું નામ 'વિમલ' હતું. તમે આજે પૂછશો તો આજે પણ જવાબ દઈશ કે નામ મારું વિમલ.

જીવનનું તે કોઈ નામ હોય ? કોઈ રૂપ હોય ? હોય તો બધાં નામ એનાં, બધાં રૂપ એનાં. નથી, તો એ છે નામાતીત, રૂપાતીત, ભાવાતીત, ગુણાતીત સત્તા ! એનું તો પોતાનું જ સત્ત્વ છે, essence છે. એનું પોતાનું સહજ, સ્વયંભૂ સ્વરૂપ છે. એમાં સંસ્કારમુક્ત ચેતના સ્થિર થાય છે. દેહમાં પેલી સંસ્કારયુક્ત ચેતના પણ પડેલી છે જેમાં બુદ્ધિ, મેધા, ધૃતિ, સ્મૃતિ એ સૌ પોતપોતાની શક્તિ સંઘરીને બેઠેલી જ છે. એનો કાંઈ નાશ નથી થયો. પરંતુ હવે જે કાંઇ દર્શન કે સ્પર્શન થાય છે તે એમાંથી નથી થતું. આ શૂન્યમાંથી થાય છે, જ્યાં તમે નથી. ગુણ-વિશિષ્ટ, ફલાણા નામ સાથે તાદાત્મ્ય સાધેલું કોઈ વિશિષ્ટ વ્યક્તિત્વ ત્યાં નથી. ત્યાં છે તો કેવળ વૈશ્વિક ચેતના, ત્યાં છે તો કેવળ વૈશ્વિક પ્રજ્ઞા છે. એ પ્રજ્ઞા પછી ઇંદ્રિયો દ્વારા જુએ છે. એ પ્રજ્ઞા બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરે છે અને પ્રત્યુત્તર આપે છે.

'ભાવાર્થ દીપિકા'માં જ્ઞાનેશ્વરે ખૂબ મધુર લખ્યું છે:

इन्द्रियांचा घरां विषयांची व्यर्थ येरझारा।
आत्मबोधाचि या ओवरा पहुढला जो॥

—ઇંદ્રિયોના ઘરમાં હવે વિષયોનું આવાગમન વ્યર્થ થઈ ગયું છે, કારણ કે મારું મન હવે આત્મબોધની શય્યા પર સૂઈ ગયું છે. એટલે વિષયોના આવાગમનની ચિત્તને કશી ખબર જ પડતી નથી.

સંસ્કારમુક્ત ચેતના

એક છે સંસ્કારયુક્ત ચેતના અને બીજી છે સંસ્કાર-મુક્ત ચેતના. આ બીજી છે તે તમારી નથી. એ આનુવંશિક નથી. એ તો જીવનનો ધર્મ છે, જીવનનું શીલ છે. અણુરેણુમાં એ વ્યાપ્ત છે. Life is not a blind force,

It's a cosmic, universal, rather multiverse consciousness. આવાં તો કેટલાંય બ્રહ્માંડ હશે, આપણને શી ખબર? આપણને તો પીંડનુંય પૂરું ભાન નથી, બ્રહ્માંડની શી વાત? એટલા માટે તો ભગવાનને 'અનંતકોટિ બ્રહ્માંડનાયક' કહ્યો?

તો આ ક્રાંતિમાં જે સંસ્કારમુક્ત ચેતના નામની એક ચીજ જાગે છે, તેની આપણને ઝાઝી ભાળ નથી. મૌનમાં સ્થિર થઈ ગયા અને પછી આ વૈશ્વિક પ્રજ્ઞા મન, બુદ્ધિ, ઇંદ્રિયોનો ઉપયોગ કરી લે છે. કહેવા ખાતર બહારથી એક વ્યક્તિ છે નામમાત્રની, પણ ત્યાં અંદર તો શૂન્ય છે. પેલા મૃદંગને જોયું છે ને! અંદરથી શૂન્ય! પણ નાનકડો આઘાત એના પર કરો, એકદમ એ પડઘાશે. આમ તો અંદર શૂન્ય પડયું છે. હું જીવનથી કાંઈક પૃથક્ છું એવું અહંભાન ત્યાં નથી. ત્યાં તો છે 'अयमात्मा ब्रह्म, सर्वं खलु इदं ब्रह्म। अहं ब्रह्मास्मि' तत्त्वमसि!—'तत्त्वमसि' વગર 'अहं ब्रह्मास्मि' નો બોધ અધૂરો છે. 'सर्वं खलु इदं ब्रह्म' નો બોધ ના હોય તો આ દેહમાં 'अहं ब्रह्मास्मि' જીવી જ નહીં શકે. બંને બોધ થાય ત્યારે કામ પૂરું થાય છે.

વૈશ્વિક ચેતનામાં નિત્યબુદ્ધ!

તો વ્યક્તિના જીવનમાં કેવી ક્રાંતિ થઈ? હવે એ મનનો ગુલામ નથી, ઇંદ્રિયોનો ગુલામ નથી.

परवश जानि हँस्यो इन इन्द्रिन
निजवश है न हसे हों।
मेन मधुपाहिं, प्रण करि तुलसी
रघुपति पद कमल बसे हों॥

હવે વ્યક્તિ પરવશ નથી, ઇંદ્રિયવશ નથી, કરણ-વશ, મન-વશ નથી! સંસારમુક્ત ચેતનાની સ્વાધીનતા એને સાંપડી છે. એ વ્યક્તિ એમ નહીં કહે કે આ પ્રજ્ઞા મારી છે. 'મારી' શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો તે સંસ્કારયુક્ત ચેતના જ થઈ! તે વૈખરી છે, મધ્યમા છે, પશ્યન્તિ છે, પરા છે... તો દેહમાં વૈશ્વિક ચેતના સક્રિય થાય છે. It sees through the eyes, not 'I'. એ વ્યક્તિનો અહંકાર કે આનુવંશિક સંસ્કાર હવે નથી જોતા, રાગદ્વેષ નથી જોતા. હવે તો નિત્યશુદ્ધ, નિત્યપ્રબુદ્ધ એવી વૈશ્વિક ચેતના જુએ છે.

"ॐ नमोतां चैतन्यरुपाम् आद्यां विद्यां च धीमहि
धियो यो नः प्रचोदयात्।"

એ ચેતના ચૈતન્યરૂપિણી, આદ્યા, વિદ્યા છે, The Causeless cause છે. वेदप्रतिपाद्या—વેદોમાં જેનું પ્રતિપાદન થયેલું છે, આવી પ્રજ્ઞા એ વ્યક્તિમાં જાગૃત થાય છે એટલે પછી એનું શરીર હાડ-માંસનું હોવા છતાં એ મારા-તમારા જેવી વ્યક્તિ નથી રહી જતી. એનાં કોઈ કેન્દ્ર અંદર રહેતાં નથી, જ્યારે મારાં તમારાં કેન્દ્ર છે ભીતર! એની ચેતનામાં કોઈ કેન્દ્ર જ નથી. There is no centre and therefore there is no circumference. જ્યાં કેન્દ્ર હોય, ત્યાં પરિધિ હોય. બિંદુ જ નથી એટલે પરિધિ પણ નથી.

આ સ્થિતિને તુકારામે આમ વર્ણવી—"आम्हीं सदेह ब्रह्म"।

વેદ અને જ્ઞાનનો બોજો એમને વેંઢારવા દો. અમે તો ભાઈ ગોવિંદના ગુણ ગાતાં ગાતાં आम्हीं झालो सदेह ब्रह्म! તુકારામ પાસે રહેવા માટે છાપરુંય નથી, પણ એમનું અવસ્થાંતર થયું છે. અધ્યાત્મ અવસ્થાંતર કરી મૂકે છે.

આ કોઈ કલ્પનાવિલાસ નથી, વાણીનો શૃંગાર નથી. આ Wishful thinking નથી. આ તો યથાર્થતા છે. ત્યાં રહી જાય છે કેવળ હાડમાંસનું શરીર અને એ શરીરધારણા માટેનું જરૂરી દેહભાન! બાકી વૈશ્વિક ચેતના જ કામ કરે છે. આવી વ્યક્તિ કોઈની પણ નથી અને છે તો સૌ કોઈની છે.

તો ધ્યાનમાં બેઠાં બેઠાં 'હું' અને 'મારું'ના ભાવ જે પહેલાં તીવ્ર હતા તે મંદ પડે છે. તેની ગતિ ધીમી પડતી જાય છે, પછી એ લય પામે છે. ત્યાર બાદ અનુભૂતિ થાય છે એનું ભાન પણ લોપાય છે અને પછી એક defenceless, પ્રતિકારમુક્ત સહજતા વ્યક્તિના જીવનમાં પ્રગટે છે.

અહીં સુધી પહોંચવાની ઇચ્છા હોય તો ધ્યાનયોગમાં આગળ વધજો, મૌનના અભ્યાસને ચાલુ રાખજો. પણ જો મુક્તિનો ભય લાગતો હોય, તો જપતપાદિ સાધન કે તંત્ર-મંત્રના માર્ગોનો આશ્રય કરીને વ્યક્તિચેતનાને જેટલી પવિત્ર કરી શકાય તેટલી કરવાનો પ્રયત્ન કરજો. જે ક્રાંતિ ઝંખતા હોય, The inner psychological mutation ઇચ્છતા હોય, જે ચેતનાનો આયામ બદલવા માંગતા હોય તે અધ્યાત્મના આ રસ્તે આગળ વધશે તો પછી 'માંહી પડ્યા તે મહાસુખ માણે.' આ તો વ્યક્તિત્વના વિસર્જનનું ક્ષેત્ર છે, એટલા માટે 'मनुष्याणां सहस्रेषु'— હજારોમાં એકાદને આવી ઇચ્છા થાય છે. આ પાંચ દિવસના ધ્યાન શિબિરમાં ધ્યાન અંગેની જે અનેક ભ્રમણાઓ લોકોમાં ચાલે છે, તેમાંથી મુક્ત થવામાં કાંઈક મદદ કરી શકી હોઉં તો આ શિબિર સાર્થક છે.

અધ્યાત્મ મેળવવાનું નથી, તે આવી મળે છે

અધ્યાત્મ પ્રાપ્તિનો વિષય નથી, ઉપલબ્ધિનો વિષય છે. આત્મા કે પરમાત્માની પ્રાપ્તિ નથી થતી, ઉપલબ્ધિ થાય છે. જે સ્વરૂપ છે તેની પ્રાપ્તિ કેવી? જે નિજરૂપ છે તેની પ્રાપ્તિ કેવી? "अप्राप्तस्य प्रापणम्।" પોતાનું જે સહજ, સ્વયંભૂ, નિત્યશુદ્ધ, નિત્યબુદ્ધ સ્વરૂપ છે તેને પ્રગટ થવા આડે જે કંઈ અંતરાયો આવે તેને દૂર કરવાનું કામ એ કોઈ પ્રાપ્તિનો વિષય નથી, આટલી સમજમાત્રથી જ અડધા લોકોની રુચિ તો ધ્યાનમાંથી ઊડી જશે, એવું મને લાગે છે. એ સારું થશે. શુભં ચિહ્ન છે એ!

ચાળણીમાં આપણે ચાળીએ છીએ ને, એવી રીતે 'જિજ્ઞાસુ' અને 'સાધક' ચળાઈ જશે. કારણ કે અધ્યાત્મને રસ્તે વિવિધ શક્તિ-અનુભૂતિ મેળવી બીજા લોકો કરતાં કાંઈક પૃથક્ છે તેવું ઝંખનારા કેટલાક પૃથક્તાવાદી હોય છે, જ્યારે ધ્યાનમાં તો સર્વાત્મવાદ છે. એટલે ઘેર જઈ ને તમારી જાતને બરાબર તપાસજો. જ્યારે તમારો હેતુ સમજાશે, પ્રયોજનનું સ્વરૂપ સમજાશે તો એક પ્રકારની વિનમ્રતા આવશે. 'મારે આધાર જોઈએ' એવું સ્વીકારવામાં પણ કશું ખોટું નથી, પરંતુ મારે સહારો જોઈએ, એટલે મારી રુચિને લાયક મેં સહારો શોધી લીધો છે એટલું કહેવાની નમ્રતા હોવી જોઈએ. અને એને ભૂલભૂલમાં અધ્યાત્મ ના સમજે. અધ્યાત્મ તો નિરપેક્ષતાનો રસ્તો છે, સ્વાધીનતાનો રાહ છે આ. સ્વાશ્રયી જીવનની આ વાટ છે. સંન્યાસનો આ પંથ છે. આંતરિક સંન્યાસની વાત કરું છું. બાકી તો પ્રારબ્ધવશાત્ દેહને જ્યાં રાખવો હોય ત્યાં પ્રભુ રાખે. દેહનું પ્રારબ્ધ હશે ત્યાં દેહ રહેશે.

ધ્યાન કરવાનું નથી, તે થાય છે

આપણે તો ધ્યાન 'કરીએ છીએ,' જી હા, ધ્યાન કરીએ છીએ. પરંતુ હવે તમને સમજાયું હશે કે ધ્યાન એ કોઈ 'કરવાની' ચીજ નથી. ધ્યાન તો 'થવાની' અવસ્થા છે. ધ્યાન નિજરૂપમાં સ્થિર થવાની બાબત છે. એ કોઈ શારી-રિક, માનસિક ક્રિયા નથી. ધ્યાન પુરુષાર્થનો વિષય નથી, પ્રપત્તિનું મહાકાવ્ય છે એ. આ પ્રપત્તિ કોઈ વ્યક્ત વ્યક્તિ સામે કે મૂર્તિ સામે નથી કરવાની. એ જ તો મુશ્કેલી છે. વ્યક્ત વ્યકિત હોય તો તો સાથે જે કાંઈ પાંચ હજાર કે પાંચ લાખ જે કાંઈ હોય તે લઈને તેની પાસે દોડી ગયા અને કરી દીધું surrender ! મેં સમર્પણ કરી દીધું !

અરે, તું પોતે સમર્પણ કરવાનો કે ? છે તારી તાકાત સમર્પણ કરવાની ? સમર્પણ કરાતું નથી, એ તો થઈ જાય છે. પ્રભુનો અનુગ્રહ હોય તો એ થઈ જાય છે. એ હોય તો પોતાની અંદર સરળતા અને ઋજુતા પેદા કરી શકાય છે. સમર્પણ અહંકારની ક્રિયા નથી, એ દૃઢ નિશ્ચયનું કર્મ નથી. એ તો થઈ જનારી એક ઘટના છે. જેવી રીતે પ્રેમ થનારી એક ઘટના છે. પ્રેમ કરી ના શકાય, પ્રેમ થતો હોય છે. પ્રેમમાં હોવાય છે, પ્રેમમાં જીવાય છે. પ્રેમ કરાય કેવી રીતે ?

એટલે વ્યક્ત સામે અને વ્યક્ત સાથે 'મેં સમર્પણ કર્યું' આવું ભાન અને ભાવ જાગૃત રહે તેવી સંભાવના છે. જ્યારે અહીં તો જે અવ્યક્ત છે, સર્વાત્મક છે, સર્વ-વ્યાપ્ત છે તેવી જીવનની સત્તા, જીવનવિભૂની ઉપસ્થિતિનું ભાન સદાય જાગૃત રાખીને સંપૂર્ણ જીવન એક નવી દૃષ્ટિ-પૂર્વક અને નવી વૃત્તિપૂર્વક જીવવાનું છે.

તમે કહેશો કે આ તો બધું થયું ! પણ આને પરિણામે શું થશે ? પરિણામ સ્વરૂપે બીજું શું થશે ભાઈ ? આવી વ્યક્તિને આવતી કાલની ચિંતા જ નહીં હોય. એ તો 'આજ'માં જ જીવશે. સામે જે કંઈ પ્રસંગ આવીને ઊભો રહ્યો તેમાં ઉન્મુક્ત ચિત્તપૂર્વક પોતાની બધી શક્તિ રેડી દઈને તે ક્ષણને એ જીવશે. એને તો એ ક્ષણની મુઠ્ઠીમાં છુપાયેલા અનંતનું દર્શન થયા કરે છે. સામે ગમે તે વ્યક્તિ આવીને ઊભી રહી, એને તો એ વ્યક્તિના રૂપમાં સમગ્ર માનવજાતિ સામે આવીને ઊભી રહી હોય તેવો બોધ થશે. એટલે વિશિષ્ટ વ્યક્તિ સાથેનો એનો વ્યવહાર પણ સમગ્રતાના સંદર્ભમાં જ થશે. ક્ષણમાં થનારો, ક્ષણની સાથે થનારો વ્યવહાર શાશ્વતીના અવધાનના આલોકમાં થશે.

The particular with which he gets related is an organic part of the totality for him. The moment is the eternity for him. એટલે તો એ 'આજ'માં, 'અત્યારે'માં, અધુના–અદ્ય–વર્તમાનમાં આટલો સમરસ થઈને જીવે છે. અને જે કાંઈ થયું તેનું પરિણામ પોતાના બેય હાથ ફેલાવીને તે સ્વીકારી લે છે. પછી એ સુખ હોય કે દુઃખ હોય ! સુખને પ્રભુની કૃપા અને દુઃખને જો એ અભિશાપ માને તો તો જીવનની સમગ્રતાને એ ખંડિત કરી મૂકે. પરંતુ એ વ્યક્તિ તો સમગ્ર શક્તિ સીંચીને કામ કરે છે અને પછી જે કાંઈ પરિણામ આવે છે તેને પ્રસાદ સમજીને સ્વીકારી લે છે. એટલે એને કાલની કશી ચિંતા કરવાપણું રહેતું નથી. પરંતુ આપણે બિચારા તો 'આજ' પણ જીવી શકતા નથી, કારણ

કે આજમાં કાં તો ભૂતકાળની યાદ છે અથવા તો ભવિષ્યની ચિંતા છે. જ્યારે એના તો કર્મમાં જ કૃતકૃત્યતા છે. અરે, જીવવાનો અવસર મળ્યો તેના જેવું પુણ્ય કોનું? To be alive is the benediction—જીવતા રહેવાની તક મળે એ જ તો પ્રભુનો અનુગ્રહ છે. મનુષ્યનો દેહ મળ્યો એ જ પ્રભુની કૃપા! એનાથી વળી બીજી વેગળી કૃપા માંગવાની જરૂર જ કોને છે? એને તો જીવન જીવવામાં જ પરિપૂર્તિ અને કર્મ કરવામાં જ કૃતકૃત્યતા અનુભવાય છે, એટલે એને માટે તો कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।—ફળ તરફ એની નજર જ જતી નથી. જે થવાનું હોય તે થાય, કારણ કે એને તો કર્મ કરવામાં જ આનંદ છે! કર્મ નિરાનંદ હોય અને કર્મથી વેગળી એવા ફળની કોઈ અપેક્ષા રહે તો માણસ પોતાની બધી શક્તિ જે તે કર્મમાં રેડી શકતો નથી.

એનાં સંઘળાં કર્મોમાં પ્રેમની ભીનાશ

સમગ્ર સાવધાનતાને કારણે સાનંદ કર્મ થાય છે. કર્મસરિતા જીવનમાં સહેજે વહ્યા કરે છે. કાલની ચિંતા, કાલનો ભય માણસને ચેનથી જીવવા નથી દેતો. આપણે તો દિવસ પાછળ રાત, અને રાત પાછળ દિવસને ઢસડતા ઢસડતા તાણી જઈએ છીએ. ધ્યાનસ્થ મનુષ્યને પળેપળની પવિત્રતા તથા પ્રત્યેક સંબંધ મુક્તિદાયી બને તેવી શકિત મળેલી હોય છે. પ્રભુની સત્તામાં कर्तुम्, अकर्तुम्, अन्यथा कर्तुम्...શકિતઓ હોય છે. જે વ્યક્તિ પોતાના સંસ્કાર, જ્ઞાન, બુદ્ધિ, કર્તા-ભોકતા-દ્રષ્ટા ભાવને, તથા પોતાના સમસ્ત આંતરિક ઐશ્વર્યને શૂન્યની વેદી પર ચઢાવી દે છે તે પછી વિરાટનો થઈ જાય છે,' વિશ્વનો બની જાય છે. પછી પ્રભુ

એને સંભાળે છે. પ્રભુ જ એના જીવનને ચલાવે છે અને પછી આવી વ્યકિત જ્યાં જ્યાં જશે ત્યાં ભેદોની ભીંતો ભાંગી પડશે, એકતાનું સંગીત રેલાશે, એની દૃષ્ટિમાંથી અહંમુક્ત નિર્દોષતા ટપકશે, એના પ્રત્યેક વ્યવહારમાં સ્નેહની સ્નિગ્ધતા વહેતી રહેશે.

અને છેવટે શું માણસને કે શું સમાજને આના સિવાય બીજું જોઈએ પણ શું ? આપણે તો આજે એટલા બધા સ્વકેન્દ્રિત છીએ, એટલા બધા ડામાડોળ છીએ કે આપણા મનના અને પ્રત્યાઘાતોના ક્ષેત્રને છોડીને બહાર જ નીકળવા પામતા નથી. આપણે એકબીજા સાથે જીવી શકતા નથી, એ જ છે ને આપણો યક્ષપ્રશ્ન ! આજે માનવીય મૂલ્યોનો જે હ્રાસ થયો છે, ચારિત્ર્યનું જે પતન થયું છે તે સ્વ-કેન્દ્રિતતાની હદ વટાવી ચુકાયાને કારણે થયું છે.

એટલા માટે એ કેન્દ્રમાંથી બહાર નીકળીને બીજા આયામમાં—another dimension of consciousness પ્રવેશ કરવાનો આ જે માર્ગ છે તે સમાજ માટે ઉપકારક અને વ્યક્તિ માટે ઉદ્ધારક છે, તેવી મારી પોતાની તો શ્રદ્ધા છે. અધ્યાત્મને જીવનાભિમુખ બનાવવું અને સમાજ સેવા કરનારાના જીવનમાં અધ્યાત્મનું અધિષ્ઠાન લાવવું— આ જ છે આપણું કામ ! જ્યાં સુધી અધ્યાત્મનું અધિષ્ઠાન નહીં સ્થપાય, ત્યાં સુધી માનવીય મૂલ્ય ટકી નહીં શકે. જ્યાં સુધી 'अयमात्मा ब्रह्म' ની પ્રતીતિ નથી થઈ ત્યાં સુધી સત્ય, ધર્મ અને ન્યાયની પ્રતિષ્ઠા મનુષ્યના ચિત્તમાં ટકી શકતી નથી.

એટલા માટે હું નીકળી પડી છું. અને મને જેવું સૂઝે તેવું બોલતી જાઉં છું. પેલા મારા ધાર્મિકલાલભાઈ વિદ્વાન

નથી, તેા હું પણ કઈ મેાટી વિદ્વાન છું રે ! પરંતુ આપણે જે કાંઈ જીવન જીવ્યા, જે કાંઈ જોયું-જાણ્યું; સમજ્યા તેને વહેંચતાં વહેંચતાં ચાલ્યા જવું !......वाच्चि वीर्यं ब्राह्मणानाम्—વાણી સિવાય બીજું છે પણ શું આપણી પાસે ? પરંતુ પ્રભુ પેાતાનેા નિયમ તેાડીને પણ મારા જેવાને મદદ કરતેા રહે છે, એટલી વાત તમને હું કહી દઉં. જે પેાતે મટી જાય છે અને પ્રભુના બની જાય છે, જે અહંને મિટાવીને ‘ વિરાટ ’ ને જગાડે છે, તેને પ્રભુ પેાતાનેા નિયમ તેાડીને પણ સંભાળે છે !

વિજ્ઞાન તથા અધ્યાત્મનેા સમન્વય

મિત્રેા, આ ભારતવર્ષ છે. ભારતીયેાનું આજે ગમે તેટલું પતન થયું હેાય, પણ અહીં વેદેાને, ઉપનિષદેાને, ભાગવતેાને, શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાને જન્મ મળ્યેા છે એ તથ્યને કેાઈ મિટાવી શકવાનું નથી. અમાસની કાળી ઘનઘેાર રાત ઊતરી આવી છે આ દેશ પર ! પરંતુ મને આવતી કાલ દેખાઈ રહી છે. આવી રહેલેા વિજ્ઞાન તથા અધ્યાત્મનેા સમન્વય આ દેશની ભૂમિ પર થઈને રહેશે.

આપણાથી એ થશે કે નહીં, કેાણ જાણે છે ? પણ ‘ આપણે ’ મહત્ત્વના નથી. આ થવાનું છે, આ અવશ્યંભાવી છે, કારણ કે જગતે બાકીની તમામ શકિતએા અજમાવી જોઈ છે. વિજ્ઞાન જીવનને દિશા ચીંધી શકતું નથી, એ પણ જોઈ લીધું છે. અધ્યાત્મ સિવાય દિશા ચીંધવાની શકિત બીજા કેાઈમાં છે નહીં, આવી શ્રદ્ધા સાથે આવા શિબિરેા ચાલે છે. જેમને પ્રભુના નામની લગની હેાય તે પ્રભુનું નામ લે, નાચે, કૂદે, ગાય. જેમને ધ્યાન અનુકૂળ આવતું હેાય તેા તે ધ્યાનનેા માર્ગ પકડે. જવું છે એક જ

દિશામાં-અહંના કારાગારમાંથી મુક્ત થવું છે. યા તો 'તૂંહી તૂંહી' કહીએ અથવા તો 'હું નથી, અને જીવન છે' એ પ્રત્યય મેળવીએ. આ પ્રકારની શક્તિ પ્રભુ આપણને સૌને આપે તેવી પ્રભુ પાસે પ્રાર્થના કરીને આ પ્રવચનને વિસર્જિત કરું છું.

[તા. ૪-૨-૮૧, પ્રાતઃ પ્રવચન]

ચોથી

પ્રશ્નોત્તરી

પ્રશ્ન: મહાપુરુષોના સ્પર્શથી સામાન્ય માણસને પણ સમાધિ લાગી જવાના દાખલા સંભળાય છે. તેનું રહસ્ય શું છે? આ પ્રકારની સમાધિ તથા ધ્યાન અને ગીતાએ કહેલી સમાધિમાં સામ્ય અને અંતર કેટલું?

ઉત્તર: (વિમલાતાઇ): મહાપુરુષોના સ્પર્શથી સૌને તો સમાધિ લાગતી નથી. ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસના બાર શિષ્યો-માંથી નરેન્દ્ર દત્ત નામના યુવાનને એમણે સ્પર્શ કર્યો. હવે છાતી પર હાથ મૂક્યો કે એમની જાંઘ પર પગ મૂક્યો હોય, ગમે તેમ પણ સ્પર્શ કર્યો અને એમનું અવસ્થાંતર થયું. અને આગળ ઉપર તેઓ બ્રહ્માનંદ બન્યા. પેલા રાખાલ, બાટુ, શશી, કાલી વગેરે કેટલાય બીજા શિષ્યો હતા, એમનો પોતાનો ભત્રીજો અક્ષય પણ હતો. એમાંથી કોઈની સમાધિ લાગી નહીં. એનો અર્થ એ છે કે It takes two

to happen it. જેને સ્પર્શ કરે છે તે વ્યક્તિની અવસ્થા અને સ્પર્શ કરનાર એ બંનેનું જ્યારે મિલન થાય છે, એ ક્ષણમાં ઘટના આકાર લે છે. આમ બેની અપેક્ષા છે.

બધાને તો સમાધિ લાગતી નથી. આ એક તથ્ય આપણે ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ. નરેન્દ્રની ઉત્કટતા જ એટલી બધી હતી કે ઈશ્વરને જોયા સિવાય એને ચેન નહોતું, પ્રાણ એનો વ્યાકુળ હતો. એના જન્મની કથા પણ વિશેષ કથા હતી. એમની ઉન્મુખતા હતી. એમને તો સમજાતું જ નહોતું કે પેલા રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવ સાચે જ કોઈ સાક્ષાત્કારી પુરુષ હતા કે કોઈ પાગલ મનુષ્ય હતા! આ વાતનો નિર્ણય કરવામાં જ એમને મહિનો લાગ્યો. તો ભારે વિચક્ષણ હતા એ નરેન્દ્ર.

બીજી વાત એ કે સ્વામી વિવેકાનંદને જે સમાધિ લાગી ગઈ તેમાં કોઈ સંપૂર્ણ વિકાસ થઈ ગયો, સંપૂર્ણ પરિવર્તન થઈ ગયું તેવું નહોતું. સમાધિ એક દશા છે, નિર્વિકલ્પ સમાધિની પણ એક દશા છે, Dimension છે, એની ઝલક એમને મળી. પાછળથી મોટે ભાગે કાશીપુરના બગીચામાં પોતાના મૃત્યુના થોડા દિવસ પહેલાં રામકૃષ્ણદેવે નરેન્દ્રને કહ્યું હતું કે માએ એની ચાવી પોતાના હાથમાં રાખી છે. તું માનું કામ કરવા આવ્યો છે તો હવે આવી અનુભૂતિ તને કાંઈ વારંવાર નહીં આવે.

હવે જુઓ, મહાપુરુષોના સંકેતો આવા શબ્દોમાં મળે છે. રામકૃષ્ણ માટે સમાધિ એ સહજ અવસ્થા થઈ ગઈ હતી. પ્રયત્નપૂર્વક તેઓ અર્ધસમાધિમાં રહેતા હતા, જેથી થોડો ઘણો બાહ્ય વ્યવહાર થઈ શકે, વાતો થઈ શકે. વિવેકાનંદને પહેલી સમાધિની જે અનુભૂતિ થઈ ત્યાર બાદ

ઠેઠ ૧૮૯૮માં કાશ્મીરના ક્ષીરભવાની મંદિરમાં બીજી અનુભૂતિ થઈ. ઠેઠ ત્યારે ફરી એક વાર એમને એ દશાનો સ્પર્શ થયો. એટલે કે એ કાયમી અવસ્થાંતર નહોતું.

'यद् गत्वा न निवर्तन्ते तद्धाम परमं मम'—એવી દશા કે અવસ્થામાં એ સદાસર્વદા રહ્યા તેવો કોઈ ઇતિહાસ નથી. એમના અંગે જે કાંઈ લખાયું છે તેના આધારે હું આ કહી રહી છું. પરંતુ એ અવસ્થાનો સ્પર્શ થવા માત્રથી જે પરિવર્તન ચિત્ત, બુદ્ધિ, વ્યવહારમાં આવે છે તે તો સ્વામીજીમાં આવી ગયું હતું.

તો મહાપુરુષોના સ્પર્શથી ક્યારેક શક્તિઓ જાગૃત થાય છે. એ શક્તિઓને જગાડીને માનવસેવા માટે એનો જે કાંઈ ઉપયોગ કરવો હોય તે જીવન તેમની પાસે કરાવી લે છે. પરંતુ હું જે સમાધિની વાત ચાર ચાર દિવસથી કરી રહી છું તે છે ચેતનાનો એક નવો આયામ, એક નવું Dimension, નવું પરિમાણ! જેમાં પ્રવેશ્યા પછી ફરી પાછું ફરવાપણું નથી.

તો બંનેમાં આ ફરક છે. એકમાં, સમગ્ર growth, ઉત્થાનના આરોહણનું પરિણામ છે. કૃત્રિમપણે જાગૃત કરેલી એ અવસ્થા નથી. By raping the psyche—એ કરાયેલું નથી. આમ, એક છે growth અને તેનું પરિણામ, બીજું છે આકસ્મિક રીતે, કોઈ પ્રયોજનપૂર્વક જગાડવામાં આવેલી શક્તિ અને એની અનુભૂતિ!

પ્રશ્ન : જે. કૃષ્ણમૂર્તિ સાથેની તમારી મુલાકાતોમાં સૌથી વધારે ફળદાયી અને રોમાંચક ઘટના કઈ હતી?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : ખબર નથી પૂછનાર ભાઈએ આ પ્રશ્ન શું કામ પૂછ્યો છે? એ બધું સાંભળીને તમને શું

મળશે ? આને આત્મજિજ્ઞાસા કે બ્રહ્મજિજ્ઞાસા સાથે શું સંબંધ છે ? માની લો કે બે વ્યક્તિઓ વચ્ચે મુલાકાત થઈ તો તેના વિષે જાણીને તમને શું મળશે ? પરંતુ હવે જ્યારે તમે પૂછી ચૂક્યા છો અને હું જવાબ આપવા અહીં આવીને બેઠી છું ત્યારે—वक्ता श्रोतास्तु भगवान वासुदेवो इति। પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવો જરૂરી છે.

એમના સ્પર્શથી જ્યારે મારા કાનની બીમારી ત્રણ દિવસમાં નિમૂંળ થઈ ગઈ અને ચૌદ મહિનાથી જે total deafness હતી, સંપૂર્ણ બધિરતા હતી તે ચાલી ગઈ; Auditory test થઈ ગયા પછી શ્રવણશક્તિ પાછી આવી ગયાની પાકી ખાતરી થઈ ત્યારે એ મહાપુરુષે અત્યંત સરળતાપૂર્વક મને કહ્યું, "Don't be stupid enough to think that I have done something to you.— મેં કાંઈ કર્યું-કારવ્યું છે તેવું સમજવાની નાદાની તું ના કરીશ. મેં કર્યું છે, તને કાંઈ કર્યું છે આવી ભૂલ ના કરીશ. It has happened! આ થઈ ગયું છે. મારી મા કહ્યા કરતી હતી કે તારા આ હાથમાં શક્તિ છે. એ ક્યારેક કામ કરે છે અને ક્યારેક નથી કરતી."

એમની નિખાલસતા, વિનમ્રતાની એમની પરાકાષ્ઠા! કાંઈક થયું હતું. તેઓ ભલે નિમિત્ત બન્યા હોય કે જે કાંઈ હોય તે. પરંતુ તેઓ આગ્રહ કરી રહ્યા હતા. મારા ચિત્ત પર ભાર હતો કે હું તો એમની શિષ્ય કે ભક્ત-મંડળીમાં નથી અને એમણે મારા પર આ ઉપકાર કર્યો! હું મારા આ જીવનમાં કદીય કોઈ સંસ્થાની સભ્ય બની નથી અને મારે બનવું પણ નહોતું. એટલે એમના ઋણ-માંથી કેવી રીતે મુક્ત થઈશ, આ પ્રકારનો સ્વકેન્દ્રિત

અને અહંકારનિષ્ઠ ભાવ મારા ચિત્તમાં હતો એ તેઓ સમજી ગયા હતા. એટલે એમણે કહ્યું કે આવું ગાંડપણુ કે મૂર્ખતા ના કરીશ. મેં કશું જ કર્યું નથી. It simply has happened !

આ ઘટનાને વીસ વીસ વર્ષ વીતી ગયાં છે. એમનું જીવન પણુ બદલાયું છે, મારું પણુ બદલાયું છે. સંબંધોનું સ્વરૂપ પણુ બદલાતું રહેતું હોય છે. એટલે આવી ઘટનાને બહુ વાચા આપવી એ ઠીક નથી.

એક દિવસે લંડનમાં એમની સાથે મારી મુલાકાત હતી. ૧૯૬૧ની વાત છે. બે કલાકનો પ્રવાસ કરીને તેઓ જ્યાં રહેતા હતા ત્યાં હું પહોંચી. હવે તમે સૌ તો કૃષ્ણુજીને કેવળ એક વક્તારૂપે જાણો છો. પણુ હું જ્યારે ત્યાં પહોંચી ત્યારે તેઓ રસોડામાં વાસણુ સાફ કરતા હતા ! બહુ ઓછા લોકોને કૃષ્ણુજીના જીવનના આ પાસાની ખબર હશે. જે લોકોએ એમને પોતાનો ઓરડો સાફ કરતાં કે પોતાનાં કપડાં ધોતાં કે પથારી પાથરતાં જોયા નહીં હોય તેમને આ નહીં સમજાય.

એમનાં જે યજમાન મહિલા હતાં તે અત્યંત વૃદ્ધ હતાં એટલે પોતે જ રસોડામાં વાસણુ સાફ કરતા હતા. કહે, "જમ્યા પછી મેં એમને મોકલી દીધાં. હું વાસણુ સાફ કરું છું". પોતે તો સાવ ભૂલી જ ગયા હતા કે એમણે કોઈને મુલાકાતનો સમય આપ્યો છે. કહેવા લાગ્યા, "By God, did I give you time now ?" મેં એમને કહ્યું કે "સવારે તમે મને આ સમય આપ્યો હતો, પરંતુ કહો તો પાછી ચાલી જાઉં." તો કહેવા લાગ્યા, "નહીં, નહીં ! પણુ રસોડામાં મુલાકાત કરીએ

તો તમને કાંઈ વાંધો નથી ને ?"— મેં કહ્યું, "ના રે, એમાં શું વાંધો હોઈ શકે ? પણ એક જ શરત છે. તમે વાસણ સાફ કરો છો તો મને તે લૂછવાની સંમતિ આપો. પછી મુલાકાત ચાલે." આમ અમારી મુલાકાત ચાલી.

કહે, "You Indians, you are notorious for drinking tea ! તમે ભારતીય લોકો ચાના ભારે શોખીન હો છો ! તમે પણ ચા પીશો કદાચ !" તો મેં કહ્યું.... "જી હા, પીશ."

પોતે તો પીતા નથી, પણ અત્યંત પ્રેમપૂર્વક એમણે ચા બનાવી આપી અને બંદાએ પીધી. તો લોકો એમને જે રીતે હદપાર કરીને, દેશનિકાલ કરીને અતિમાનવની કોટિમાં મૂકી દે છે તેવો એમની સાથે મારો વ્યવહાર રહ્યો નથી.

અત્યંત પરમાર્જિત અને પરિષ્કૃત માનવતાનું એક ઉજ્જવળ ઉદાહરણ એમના રૂપે જોવા મને મળ્યું. આવું જ બીજું પરિમાર્જિત માનવતાનું ઉજ્જવળ ઉદાહરણ વિનોબાજી રૂપે મેં જોયું છે. ખેર ! તો કૃષ્ણજીને રસોઈ કરતા પણ જોયા છે. ભાત અને પાલખની ભાજી એમની ભાવતી વાનગી છે. એક દિવસે સ્વિટ્ઝર્લૅન્ડમાં એમણે મને જમવા માટે બોલાવી તો પોતાના હાથે પાલખની ભાજી બનાવીને મને જમાડી.

આવી તો ઘણી ઘટનાઓ છે. મને અસામાન્ય લોકોની અસામાન્યતા એટલી નથી ખેંચતી, જેટલી અસામાન્યતા હોવા છતાં એમનામાં રહેલી સામાન્યતા મને ખેંચે છે અને પ્રસન્ન કરી મૂકે છે. જેમનામાં અસામાન્ય થયા પછી પણ સામાન્યતા કાયમ રાખવાની જે વિનમ્રતા છે તે મારી દૃષ્ટિએ સાચા મહાપુરુષ છે. ખેર ! ઘટના તો અનેક

છે. કોઈ એક ઘટનાને હું બીજી ઘટનાથી ઓછી રોમાંચિત નથી માનતી.

પ્રશ્ન: ધ્યાનાવસ્થા અને સમાધિ અવસ્થા વચ્ચે શું અંતર છે? શું એમ કહી શકાય કે ધ્યાન એ સમાધિનું પ્રવેશદ્વાર છે?

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): એ પ્રકારની અવસ્થાનું વર્ણન આપણે થઈ ગયું છે. જ્યાં સુધી સંસ્કારમુક્ત અવસ્થામાં બેઠા છીએ ત્યાં સુધી જુદી અવસ્થા છે. પરંતુ જેવી કોઈ વ્યક્તિ સામે આવીને ઊભી રહી ગઈ તો ત્યાં ચેતનાનો આયામ બદલાઈ ગયો. સંસ્કારયુકત ચેતનાની દશામાં પાછા આવી ગયા. This is one phase. પરંતુ બીજી એક એવી પણ અવસ્થા છે જેમાં નિર્વિચાર અને નિર્વિકાર અવસ્થા કાયમ ટકી રહે છે. વ્યકિત સામે છે, આંખ એને જોઈ રહી છે અથવા તો શૂન્યને અથવા તો એ હાડમાંસના પૂતળામાં સમાયેલી ચિન્મયી સત્તાના નૂરને! નામ, રૂપ, ગુણ, દોષ આમાંથી કશું જ એ વ્યકિતની નજરમાં આવતું નથી. કેવળ છે આત્મસત્તા. હેતુ પ્રમાણે જે કાંઈ કરવાનું છે તે કરે છે. પરિસ્થિતિનો પડઘો પાડે છે. પરંતુ તેમાં રાગદ્વેષ ઊઠતા નથી. આવી પણ એક અવસ્થા હોય છે. આમ, નિર્વિચાર અને નિર્વિકાર અવસ્થા સહજ થઈ જાય. સમાધિસ્થ થઈને વ્યવહાર થઈ શકે.

હવે ધ્યાનાવસ્થા ક્યાં સુધી? જ્યાં સુધી ચોવીસે કલાક માટે ચેતનાનો આયામ સહજ કે સામાન્ય બન્યો નથી; કેટલોક સમય રહે છે, કેટલોક સમય નથી રહેતો. પરંતુ ધ્યાન જ્યારે સહજ થઈ જાય, ચેતનાનું શીલ થઈ જાય, એમાંથી વ્યકિત બહાર નીકળતી જ નથી. શું એકાન્તમાં કે

શું જનસમુદાયમાં, શું દિવસે કે શું રાતે, શું સુખમાં કે શું દુ:ખમાં—એક જ પ્રકારની સ્થિતિ રહે છે. અને એ જ સહજ દશા જ્યારે દશેન્દ્રિયો દ્વારા પ્રગટ થાય છે ત્યારે તે સમાધિની દશા છે એમ હું કહીશ. હવે ખરેખર એમ છે કે નહીં તે તો તમે કે હું કેવી રીતે કહી શકીશું? મને જેટલું સમજાય છે તેટલું તમારી સમક્ષ મૂકું છું. તો જેમ પ્રશ્નકર્તા કહે છે તેમ ધ્યાન સમાધિના આયામનું પ્રવેશદ્વાર છે તેવું કહેવામાં કોઈ દોષ નથી, તેવું મને લાગે છે.

પ્રશ્ન: દિવસે વિચારોને જોતા રહીએ છીએ તો ઘણા ઓછા વિચારો આવે છે, પરંતુ રાત્રે તો એ વિચારોનું Verbalisation એટલું બધું વધી જાય છે કે શું ચાલી રહ્યું છે તેની જ સમજણ પડતી નથી અને ઊંઘ આવતી નથી. તો ગાઢ નિદ્રા કેવી રીતે આવે? તે કેટલા કલાકની હોવી જોઈએ? વિચારો કેવી રીતે બંધ થાય?—આના પર પ્રકાશ નાખશો?

ઉત્તર: (વિમલાતાઈ): આપણું જે મસ્તિષ્ક છે, તે આખા શરીર સાથે ગૂંથાયેલું અવયવ છે. A cerebral organ is interwoven with the rest of the body. માનવીય શરીર, માનવીય જીવન ભારે જટિલ છે. એની જટિલતાનું લાવણ્ય અવર્ણનીય છે. The beauty of its complexity is beyond words. એમાં એકબીજા સાથે અન્યોન્ય જે જોડાયેલું છે તેને અલગ નથી કરી શકાતું.

જ્યારે પાચનશક્તિ નબળી હોય છે, ત્યારે તેનું પરિણામ મગજ પર થાય છે. કબજિયાત કે ઝાડા થઈ જવાની પ્રકૃતિ હોય તો તેની અસર મગજ પર થાય છે અને જાણે ફિલ્મની પટ્ટી એકધારી ચાલ્યા કરે તેવી રીતે રાત્રે

સૂતી વખતે જે કંઈ ઘટનાઓ બની, જે કાંઈ જોયું, સાંભળ્યું, કહ્યું તે બધું નજર સામે શબ્દ કે ચિત્રના રૂપમાં આવે છે. પેટ અને મગજને ભારે સંબંધ છે. The irresistable Verbalisation of thoughts can be a pathological condition instead of psychological weakness. આને આપણી ભાષામાં કેવી રીતે કહેવું તે મને નથી સમજાતું. પરંતુ શરીરમાં કાંઈ નબળાઈ હોય કે અસંતુલન હોય તો રાત્રે ખૂબ વિચારો તથા સપનાં આવે છે. સપનાં અટકતાં જ નથી. દવા કરો, psychiatrist પાસે જાઓ કે Psychoanalyst પાસે જાઓ, પણ સ્વપ્ન જ સ્વપ્ન! ઊંઘ થોડીક અને સપનાં ઝાઝાં. ઇન્ટરવલમાં થોડીક ઊંઘ આવે છે અને સ્વપ્નો ચાલ્યાં કરે છે. દુનિયાના ચાળીસ દેશોના ભ્રમણ દરમ્યાન આવા સેંકડો કિસ્સાઓ સાંભળવા મળ્યા.

આ એક abnormal અવસ્થા છે. રાત્રે ઊંઘ સામાન્ય છે, અનિદ્રા સામાન્ય નથી, એ અપવાદરૂપ છે. આવા માણસે પોતાના સ્વાસ્થ્યને તપાસી લેવું જોઈએ. કોઈ સારા આયુર્વેદવેત્તા પાસે નાડી દેખાડી લેવી જોઈએ. આયુર્વેદમાં શ્રદ્ધા ના હોય તો બીજા કોઈની પણ પાસે શારીરિક તપાસ કરાવી લેવી જોઈએ. પેટમાં તકલીફ હોય તો સૂર્યાસ્ત પછીનો આહાર એકદમ પ્રવાહીરૂપે લેવો જોઈએ, કોઈ પણ ભારે આહાર લેવાવો ન જોઈએ. આવું થશે તો મહિના સવા મહિનામાં ફેર પડી જશે. રાત્રી-ભોજન છોડી દેવાય તો પણ ઊંઘમાં ફેર પડી જશે.

વ્યક્તિની કફપ્રધાન, વાયુપ્રધાન કે પિત્તપ્રધાન પ્રકૃતિ છે તે જોવું પડશે, વ્યવસાયનું રૂપ જોવું પડશે અને ક્યાં

રહે છે તે પણ જોવું પડશે, ત્યારે કોને કેટલી ઊંઘ જોઈએ, તેનું ગણિત બેસાડી શકાય. મુંબઈ જેવામાં ઊંઘ વધારે જોઈએ, કારણ કે ત્યાંની હવા ભેજવાળી છે. જ્યારે આબુ–રાજસ્થાન જેવા સૂકા હવામાનમાં ઓછી ઊંઘ જોઈએ. ત્યાંની હવામાં શક્તિ ક્ષીણ નથી થતી, જ્યારે મુંબઈ-કલકત્તાની હવામાં શક્તિ ક્ષીણ થાય છે. એટલે ઊંઘ કેટલી લેવી જોઈએ તેનો જવાબ વ્યક્તિસાપેક્ષ જ આપી શકાય. સામાન્ય રીતે ભારત જેવા દેશમાં છ કલાકની ઊંઘ શરીરની તંદુરસ્તી માટે અનિવાર્ય છે એમ હું માનું છું. ઉત્તર ભારતમાં રહેતા હો તો શિયાળાની ઋતુમાં સાત કે આઠ કલાકની ઊંઘ પણ શરીર માટે જરૂરી હોઈ શકે.

ઊંઘ લાવવા માટે ત્રીજો એક ઉપાય એ છે કે સૂર્યાસ્ત પહેલાં જમવાનું પતી ગયું હોય તો રાત્રે સૂતાં પહેલાં ઠંડા કે નવશેકા પાણીથી શરીરનું સ્પંજ કરી લેવું જોઈએ. નાહી લેવાય તો ઉત્તમ, પણ ના નવાય તો સ્પંજ કરી લેવું. એ પણ ના થાય તો પગનાં તળિયાંને ભીના ટુવાલથી પાંચ-દશ મિનિટ ખૂબ ઘસતાં રહેવું, તો એની મેળે ઊંઘ આવી જશે. પગના તળિયામાં આખા શરીરનો નકશો છે. આમ તો ગાયનું ઘી કે બદામનું તેલ પણ લગાડી શકાય, પરંતુ જ્યાં આંખનેય ઘી જોવા મળતું નથી, અને હું રહી મધ્યમવર્ગની વ્યક્તિ એટલે મધ્યમ વર્ગને અનુકૂળ ઉપાયો બતાવું છું. પરંતુ બીજી પણ એક ચીજ સર્વસુલભ છે, અને તે છે માટીની પટ્ટી. પેડુ પર માટીની પટ્ટી મૂકી દેવાથી થોડી વાર માટે તો વિચારો પર કાબૂ આવી જશે.

બીજો એક ઉપાય એવો પણ થઈ શકે કે દિવસે જ્યારે કામ કરતાં હોઈએ ત્યારે કોઈ પણ કામ ચિત્તને વ્યગ્ર

રાખીને ના કરીએ. ઘડીભરનુંય કામ કેમ ના હોય, એમાં પૂરેપૂરું અવધાન રહેવું જોઈએ. Live so thoroughly and so totally every minute and in every movement that your mind doesnot turn back to it any more. પ્રત્યેક સંબંધમાં અને પળેપળમાં તમારી સમગ્રતાને રેડીને જીવી લ્યો ! જીવનમાં સુખ આવે અને હોઠ હસી લેતા હોય તો એને હસવા દો. જીવનમાં દુઃખ આવે અને આંખો આંસુઓથી ઉભરાઈ જતી હોય તો ભલે, તેમ થવા દો. જીવન જેટલું સ્મિતોમાં છે, તેટલું જ આંસુઓમાં પણ છે; જેટલું સુખમાં છે, તેટલું જ દુઃખમાં પણ છે. માણસને વેદના, વ્યથા તથા પીડાનો અનુભવ ના હોત તો હું માનું છું કે મનુષ્યહૃદય ભારે કૃપણ તથા સંકુચિત બની જાત! જેના હૃદયને મૃત્યુ તથા વિયોગની વેદનાએ વીંધ્યું નથી, તે માણસ માણસ શેનો ? જીવનમાં સુખ જેટલું ઐશ્વર્ય આપી નથી જતું, તેટલું દુઃખ આપી જાય છે. પરંતુ આપણને તો દુઃખ, વેદના, વ્યથા, પીડા આ બધાનો લગીરે સ્પર્શ ના જોઈએ ! એટલા માટે હમેશા આપણે Preventive measures શોધ્યા કરીએ છીએ. એટલે આપણી સંવેદનશીલતા વધતી જ નથી. એટલે માણસે સુખદુઃખમાંથી પૂરેપૂરા ગુજરવું જોઈએ, જેથી કશીય અધૂરપ ના રહે, કશું જ ઉપેક્ષિત ના રહે, તિરસ્કૃત ના રહે. આને કારણે ક્યારેક એવું બની શકે કે જે ઘટનામાંથી તમે પસાર થયા કે તરત જ તમે ત્યાંના ત્યાં એ રીતે સમાપ્ત થઈ જાઓ કે you died with it and you are born again. એ ક્ષણને તમે એ રીતે જીવી જાઓ કે ફરીથી એ ક્ષણને યાદ

ફરવાની મનને જરૂર જ ના રહે. 'હું યાદ નહીં કરું' એમ કહેવાથી કશું નહીં વળે.

તો વ્યગ્ર રહીને અધકચરા મને કશું જ ના કરીએ, જે કાંઈ કરીએ તે પૂરા દિલથી કરીએ. તો ધીરે ધીરે રાત્રે આવનારા વિચારો શાંત પડી જશે. દિવસે જે પૂરી રીતે જીવાતું નથી તે પણ રાત્રે શબ્દનું રૂપ ધારણ કરીને આવી શકે છે. સામેની વ્યક્તિ આપણો વ્યવહાર સમજી શકી નહીં. અને આપણે પણ એ વ્યક્તિ સમક્ષ આપણો કોઈ બચાવ કરી શક્યા નહીં અને મનમાં તો પોતાનો બચાવ કરવાની પ્રબળ ઇચ્છા પડેલી જ હતી; તો પછી એ સમર્થન રાત્રે શબ્દરૂપ, વિચારરૂપ બનીને નજર સામે તરવરે છે.

જેમને નામ અને નાદમાં જે પ્રક્ષાલન તત્ત્વ છે તેમાં શ્રદ્ધા હોય તો પોતાને ગમતું પ્રભુનામ લેતા રહેશે તો ઊંઘ આવી જશે. કોઈને નામ પર શ્રદ્ધા ના હોય, સગુણ-સાકાર પર શ્રદ્ધા ના હોય તો તેવી વ્યક્તિઓએ ઊઠીને આંગણામાં કે અગાશીમાં ટહેલવું. પથારીમાં પડ્યા પડ્યા 'ઊંઘ નથી આવતી'નું રટણ ચાલશે તો એ સંઘર્ષ ભારે નુકસાન કરશે. Friction is one of the most important leakages of vital energy. આજકાલ તો ઊંઘ ના આવે તો ઊંઘવાની ગોળીઓ ગળી લે છે. પથારી પાસે દવા રાખીને જ સૂઈ જાય છે. જરાક લાગે કે ઊંઘ નથી આવતી, તો ખાઈ લીધી ગોળી! તો આ તે કાંઈ ઉપાય નથી! આથી તો એક addiction–વ્યસન ઊભું થઈ જાય છે. પરંતુ નામમાં શ્રદ્ધા ના હોય તો ઊભા થઈને ફરવાનું શરૂ કરે, આકાશદર્શન કરે. આ કોઈ મારો વિનોદ નથી. હું ગંભીરતાપૂર્વક કહું છું કે આકાશદર્શન કરે. તારા-

મંડિત નિરભ્ર આકાશ તરફ ત્રાટક કરો અને જોજો કે તમને ઊંઘ આવે છે કે નહીં ?

પ્રશ્ન : સવારે તમે કહ્યું કે શરીર અને ચિત્તની શુદ્ધિ વગર મૌનમાં દાખલ થવાથી ચિત્તમાં વિક્ષેપ પડે છે. તો પછી મૌનમાં ક્યારે પ્રવેશ કરવો તેનો નિર્ણય કેવી રીતે કરવો ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : મૌનમાં કે ધ્યાનમાર્ગે ના જવું હોય તો પણ આહારવિહારની શુદ્ધિ, ચિત્ત તથા જીવનની શુદ્ધિ ઈષ્ટ છે કે નહીં ? આવી શુદ્ધિ એ જ કર્તવ્ય ખરું કે નહીં ? માનવીય જીવનની શક્તિ જ આ શુદ્ધિ છે. તો પોતાની, બીજા કોઈની નહીં, પોતાની સમજ મુજબ આહારવિહારની શુદ્ધિ પહેલાં કરી લો. શરીર માટે કેટલું, ક્યારે, શું ખાવું જરૂરી છે તેનું ગણિત શીખી લેશો તો આહાર એ ઉપભોગ્ય વિષય ના રહેતાં એક વૈજ્ઞાનિક ગણિત બની જશે.

આ જ રીતે વિહારનું. એકાદ અઠવાડિયાનો હિસાબ કરી જોજો કે આપણે વાણીના વ્યવહારમાં કેટલો પાખંડ, અપવિત્રતા અને પાપ કરીએ છીએ. કેટલું સત્ય, અર્ધસત્ય, સંદિગ્ધ બોલીએ છીએ. વાણીમાં અતિશયોક્તિ, અલ્પોક્તિ આવી જાય છે. આ બધા અસત્યના જ પ્રકાર છે. અને વળી આ બધું આપણે ભૂલેચૂકે નથી કરી નાંખતા, જાણી જોઈને કરીએ છીએ. વ્યભિચાર કરતાં પણ વધારે નુકસાન આ વાણીના અસત્ય, અર્ધસત્ય, સંદિગ્ધતા વગેરે વ્યવહાર દ્વારા થાય છે. તો આપણા આ વાણીના વ્યવહારને ચાર-છ મહિના સુધીમાં તપાસી લેવો જોઈએ. જિંદગીમાં કેટલું જીવવાના ? ૬૦-૭૦ વર્ષ ! એમાં આપણાં ૨૫-૩૦ વર્ષ

તો વીતી ગયાં તો પછી ઝાઝો સમય હવે છે ક્યાં ? એટલે There is no moment to lose, we are racing against time.

આ ઉપરાંત મનમાં અપેક્ષાની તાણ ના રહેવી જોઈએ કે ધ્યાન કરીને મારે આ મેળવવું છે કે તે મેળવવું છે. આવી નિસ્પૃહ વૃત્તિ સાથે મૌનમાં બેઠા. હવે જો થોડા દિવસો પછી તમને એવું લાગે કે મૌન માટે બેસો છો અને તમારું શરીર ધ્રૂજવા માંડે છે, અથવા તો બેસો છો અને એકદમ આંખોમાં આંસુ જ આવવા માંડે છે, તો થોડા સમય માટે મૌનમાં બેસવાનું છોડી દેવું જોઈએ. કશું જ કારણ નથી કે તમે મૌનમાં બેસો અને આમ શરીર ડોલવા કે ધ્રૂજવા માંડે કે આંખોમાં આંસુ આવે. એનો અર્થ એ છે કે અંદર ક્યાંક અજ્ઞાત ભય છુપાયેલો પડ્યો છે, જેનું તમને ભાન નથી. જ્યારે શાંતિપૂર્વક તમે બેસવા જાઓ છો ત્યારે પેલો ભય પોતાનું કામ કરી જાય છે.

એમ ના સમજશો કે તમારી કુંડલિની જાગૃત થઈ ગઈ છે, એટલે આવું બધું થાય છે. આંખો બંધ કરવાનું કહ્યું તો ઘણા લોકો એટલી જોરથી આંખો બંધ કરે છે કે જેથી Optical nerves પર જ દબાણ આવે છે અને એને કારણે કંઈ પ્રકાશ જેવું દેખાય છે. તમે આંખોના temples ને કે મધ્યમભાગને દબાવીને જોઈ જુઓ તો તમને જાતજાતના Shades of light દેખાશે. તો આ બધાને કુંડલિની જાગૃત થઈ તેવું ના સમજી બેસશો. આ હું અત્યંત વેદનાપૂર્વક કહી રહી છું. કારણ કે આજકાલ લોકોએ આ બધી આંતરિક ઘટનાઓને ખૂબ સસ્તી કરી

મૂકી છે. એ તો જાણે વેપારનો માલ કરી મુકાયો છે. અને આથી લોકો પોતાની જાતને ભ્રમમાં નાંખે છે.

કુંડલિની જાગૃત થવાની પણ એક ઘટના છે. પણ એ કાંઈ આમ સહેજે નથી થઈ જતી. જેમની કાંઈ પૂર્વતૈયારી હશે તેમને માટે થોડીકે સરળ હશે, બાકી કાંઈ એ રસ્તામાં નથી પડી. મારી એક બહેનપણી છે. ૧૯૬૦-૬૧ માં જ્યારે હું કાશી રહેતી હતી, ત્યારની આ વાત છે. ખૂબ જ ભાવનાશીલ અને હૃદયવાળી એ બહેન! પરંતુ જેવી એ ધ્યાનમાં બેસે તેવું શરીર ધ્રૂજવા માંડે અને આંખોમાંથી પાણી વહેવા માંડે. મને એ પૂછવા આવી તો મેં એને કૃષ્ણજી પાસે મોકલી. એણે તો કૃષ્ણજીને જઈને કહ્યું કે 'My body begins to tremble, tears begin to roll down!'—તો કૃષ્ણજીએ કહ્યું—'Stop that nonsense. મૌનમાં બેસવાનું જ બંધ કર અને રોજ ચાર માઈલ ફરવા જા. ત્રણ વાર દૂધ પી. સારી એવી કસરત કર. છ મહિના સુધી મૌનમાં ના બેસીશ. It requires sterling purity and strength of the neurological system. શરીરમાં, નાડી-સંસ્થાનમાં, જ્ઞાનતંતુઓમાં શક્તિ જોઈએ, જેથી મૌનની અવસ્થા સહન થઈ શકે, ધારણ થઈ શકે.' તો પેલી બહેને છ મહિના સુધી એમણે જે પ્રમાણે કહ્યું હતું તે પ્રમાણે કર્યું. પછીથી એ અવસ્થામાં એમનો પ્રવેશ પણ થયો અને આજે તો એ બહેન અત્યંત આનંદપૂર્વક જીવી રહી છે.

એટલા માટે કહું છું કે કોઈ પ્રતિકૂળ પરિણામો આવતાં દેખાય તો મૌન છોડીને પહેલાં માનસિક, વાચિક અને કાયિક વ્યવહારોની શુદ્ધિ તપાસી લેજો.

પ્રશ્ન : માનવીય ચિત્તને 'આ કરું કે તે કરું' આવી

દ્વિધામાંથી કેવી રીતે મુક્ત રખાય? મનમાં પડી ગયેલી ટેવોથી કેમ મુક્ત રખાય?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : જીવનના કોઈક ને કોઈક કાળખંડમાં, વીસ, પચીસ કે ત્રીસ વર્ષની ઉંમરે આ પ્રશ્ન ઊઠે છે કે મારે શું કરવું જોઈએ? સમગ્ર જીવન સાથે મારે કેવી રીતે જીવવાનું છે તે સમજવાનું માણસ માટે જરૂરી થઈ પડે છે. આવા વખતે પોતાની સાથે બેસવું જોઈએ, સ્વજનો-મિત્રો સાથે પણ બેસી લેવું જોઈએ. કારણ કે જ્યાં સુધી શું કરવું છે તેનો નિર્ણય માણસ ન કરી શકે ત્યાં સુધી મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં કશો જ નિર્ણય નહીં કરી શકે.

આ નિર્ણયમાં દ્વિધા એટલા માટે આવે છે કે આપણે ઘડી ઘડી નિર્ણય કરવા ને ફેરવવા માંગીએ છીએ, વળી સમગ્રતાપૂર્વકનો નિર્ણય નથી કરતા. નિર્ણય કરવામાં કોઈ દિશા, અગ્રિમતા નથી. જે સામે આવી પડ્યું તે કરતા ગયા. પછી એમાં આમ કરું તો આવું થશે અને તેમ કરું તો તેવું થશે, આવું મંથન ચાલ્યા કરે છે.

આ દ્વિધા ત્યારે જ દૂર થાય જ્યારે સમગ્રતા અંગેનો તમારો પોતાનો સ્વાયત્ત દૃષ્ટિકોણ બનશે. તમારો પોતાનો કોઈ નિશ્ચય, કોઈ વિચાર દૃઢ થશે કે મારે ક્યાં જવાનું છે? હેતુ શો છે?—તો કદાચ અગ્રિમતાનો એક ક્રમ બની શકશે. order of priorities આવશે. ક્યાં મૂલ્યો પર ચાલવું છે એનો માણસને અંદાજ આવશે. સમગ્ર જીવનમાં શું કરવું છે અને કોને મહત્ત્વ આપવું છે એટલું નક્કી થઈ જાય એટલે તરત જ હાથમાં મૂલ્યો આવે છે.

આટલું થઈ ગયા બાદ કોઈ એક વિશિષ્ટ પ્રસંગે પસંદગી, નાપસંદગી કરવાનો સમય આવી જાય છે. મૂલ્ય હાથમાં આવી ગયા પછી આ પણ દ્વિધા ના રહેવી જોઈએ, કારણ કે જે સમગ્રતાને સાથે લઈને જીવવા માંગું છું તેને આ અનુકૂળ છે કે નહીં, સુસંગત છે કે વિસંગત, પ્રતિકૂલ છે કે કેમ, તેટલું જોઈ લેવાનું રહેશે. જો એ સમગ્રતાવિરોધી હશે તો કરવા લાયક રહ્યું નહીં.

જેવી રીતે રામતીર્થે પોતાના જીવનની યુવાવસ્થામાં એ સમજી લીધું હતું કે પ્રભુસાક્ષાત્કાર, આત્મસાક્ષાત્કાર એ જીવનનું લક્ષ્ય છે. તો એમને માટે એક વ્યાખ્યા બની ગઈ: That which leads away from God is sin and that which leads towards Divinity is virtue. રામતીર્થ તો ગણિતના અધ્યાપક હતા. એમણે ૨૫ વર્ષની ઉંમરે જ વ્યાખ્યા બનાવી લીધી કે પ્રભુથી દૂર લઈ જાય તે કર્મ, સંગતિ, પરિસ્થિતિ પાપમય છે અને પ્રભુ અને આત્મસાક્ષાત્કારની દિશામાં જે કર્મ, સંગતિ લઈ જાય તે બધું પુણ્યમય. હવે એમને માટે દ્વિધા કેવી રીતે રહેવાની?

આવી રીતે, આપણા પોતાને માટે આપણા અંતરમાં નાના નાના ઘરદીવડા પેટાવી લેવાના. પારકે દીવે અંધારાં ના ટળે. પોતાને જે કાંઈ યોગ્ય લાગે તે મુજબનો નિર્ણય કરીને એ બાબતમાં આગળ વધવું. પરંતુ એ નિર્ણય ના બદલાય તેવો અટલ ના કરી મૂકવો. અત્યારે મને આ ક્ષણ માટે આ સાચું લાગે છે તો આમ નિર્ણય લઉં છું. નિર્ણય લેવામાં એક પ્રકારની નમ્રતા રહે, ખુલ્લાપણું રહે, receptivity રહે, open-mindedness રહે. વળી હું આવું કરું છું, તેથી બીજા બધાએ પણ આમ જ કરવું જોઈએ

તેવો આગ્રહ પણ ના રહેવો જોઈએ. સત્યનો કોઈ ઠેકો ના લઈ શકે. મને સત્યનું એક પાસું ધ્યાનમાં આવ્યું હોય તો બીજાને બીજું પાસું ધ્યાનમાં આવે. મને જે સત્ય સમજાયું, એ જ સત્યનો પ્રત્યય બીજા કોઈને પણ થાય તો એને આપણે સત્યનો સાક્ષાત્કાર કહીશું.

એટલા માટે ભવિષ્યને બાંધી નહીં દઈએ. અત્યારે જીવનમાં જ્યાં ઊભા છીએ, ત્યાં આમ કરવામાં મને જીવનનો આનંદ આવશે, પ્રેમ અનુભવાશે. આવી અગ્રિમતાઓ જો નક્કી થઈ જશે તો મને લાગે છે કે દ્વિધા નહીં રહે.

દ્વિધાનું બીજું એક કારણ એ છે કે ઘણા લોકોને પોતાના ઉપર ભરોસો જ નથી હોતો. ન તો પોતાના ચિત્ત પર ભરોસો છે, ન પોતાના નિર્ણય પર. કોઈ કહેશે કે 'તેં બરાબર કર્યું'' તો એને લાગશે કે હા, મેં બરાબર કર્યું. પણ જો કોઈ કહેશે કે 'તેં આ ઠીક ના કર્યું'' તો વળી એને પાછું થશે કે મારાથી આ ભૂલ થઈ ગઈ. આમ, પોતાની કોઈ સ્થિર બેઠક જ નહીં. બીજાની આંખોમાં ડોકિયાં કરી કરીને પોતાના જીવનને માપતા રહેવાનું અને નિર્ણય કરતા રહેવાનું. પોતાને માપવા માટેના બીજાના તોલા કામમાં લેવાના. હા, સામે કોઈ આપણો હિતેચ્છુ સંત હોય તો વળી વાત જુદી, બાકી બીજાની બુદ્ધિ પર પોતાની જાતને છોડી દેવાથી કામ કેમ ચાલે? હવે ખીચડી કરવી છે કે દાળભાત, એનો નિર્ણય કરવામાં અડધો કલાક ચાલ્યો જાય તે કેમ ચાલે. આ તો મેં એક દાખલો આપ્યો. પરંતુ નાની નાની બાબતોમાં પણ નિર્ણય લેતાં આપણે અચકાતા હોઈએ છીએ.

હવે બીજી એક વાત. કેટલાક લોકોને પોતાની આસપાસના લોકોને એક ક્ષણ માટે રાજી રાખી લેવાની ખૂબ હોંશ હોય છે. પોતાની સમજને દાબી કચડીને પણ એમને બીજાને રાજી રાખવા છે. એટલે હમેશા ભય રહ્યા કરે છે કે સામેની વ્યક્તિ નારાજ થઈ જશે તો હું શું કરીશ? સત્યની કીમત ચૂકવીને તો કોઈને રાજી રાખવાનું ના હોય ને! પોતાને જે કંઈ સમજાય છે, તેની આહુતિ આપીને બીજાને કેવી રીતે રાજી રાખી શકાય? પણ બીજાને રાજી રાખવા માટે ગોળ ગોળ વાતો કરશે, સંદિગ્ધ વાત કરશે, અડધું સાચું, અડધું ખોટું હાંકયે રાખશે અને જ્યારે સત્ય કહેવાનું ટાણું આવશે ત્યારે ભાગી છૂટશે. અરે, લોકો એવી તો જાતજાતની યુક્તિઓ લડાવે છે કે હું તો સંસારીઓના આ વ્યવહાર જોઈને અવાક્ થઈ જાઉં છું. અધ્યાત્મ તો સાવ સરળ છે. એમાં આવા બધા ગૂંચવાડા હોતા જ નથી. જેવું હોય તેવું રહેવાનું. જેવું લાગે તેવું કહેવાનું. અધ્યાત્મ જેવું સરળ બીજું જીવન નથી. ભક્તિ પણ સરળ છે, તમારો આ સંસાર ભારે કપરો છે! સંસારી લોકો કેવી રીતે જીવે છે તે મને નથી સમજાતું. કારણ કે પચાસ જણને રાજી રાખવાના હોય તો પચાસ મહોરાં પહેરવાં પડે. ક્યારેક એક કાઢીને બીજું પહેરવું, બીજું કાઢીને ત્રીજું પહેરવું... આ તે કેવો થકવી દેનારો ધંધો!

કહેવા હું એ માગતી હતી કે આ કારણે પણ દ્વિધા રહેતી હોય છે. બીજાને રાજી રાખવા એ તો કદી જીવનનો હેતુ ના હોઈ શકે. "मत तोड किसीका दिल तू वह तो खास खुदाकी बैठक है।"— કોઈનું દિલ આપણે તોડવું નથી,

પરંતુ જૂઠું બોલીને, પાખંડ સેવીને, દંભપૂર્વક કોઈને રાજી રાખવા– આ બધું આપણી નિર્ણયની શક્તિને કદી વિકસવા દેતું નથી. એટલે જો દ્વિધામુક્ત થવું હોય તો આ બાબતમાં પણ ધ્યાન રાખવું.

વળી આપણો નિર્ણય સોએ સો ટકા સાચો જ હશે તેવા આપણે કોઈ પરિપૂર્ણ વ્યક્તિ તો છીએ નહીં. દરેક નિર્ણયમાં કાંઈક ને કાંઈક ખામી તો રહેવાની જ, કારણ કે પરિસ્થિતિની સમસ્યાને સમગ્રતાપૂર્વક જોવા જેટલો વિકાસ આપણો સધાયો નથી. કેટલાંક પાસાં ધ્યાનમાં આવે છે, કેટલાંક છૂટી જાય છે. જો તમે એમ વિચારતા હો કે મારી જરીકે ભૂલ ના રહી જાય એ રીતે જ હું કામ કરું જેથી બધાને એ સ્વીકાર્ય બને, વળી એની પ્રશંસા પણ થાય— તો આવું થઈ નહીં શકે. આવી વ્યક્તિ કશું કરી જ નહીં શકે. એ જીવી જ નહીં શકે. એટલે ભલે ભૂલો થાય, ઠોકરો ખાવી પડે, એમાંથી પણ શીખીશું. આવા અભિગમ સાથે માણસે નિર્ભયતાપૂર્વક વ્યવહાર કરતાં શીખવું પડશે.

છેવટનો એક મુદ્દો કહી દઉં. કારણ કે આ વિષય મને ખૂબ ગમે છે. આ જે અનિર્ણયની અવસ્થા છે, inner suspense—તે માણસના વિકાસને રૂંધી લે છે. મારો અંતિમ મુદ્દો આ છે કે જીવન જીવવામાં છે, જીવન જીવવાના કર્મમાં છે. જીવન જીવવાની આ સામે આવેલી પળ જો આપણે ચૂકી જઈશું તો તે ક્ષણ તો આપણા હાથમાંથી ગઈ જ. તે કાંઈ પાછી મળવાની નથી. એટલે સામે આવેલી પ્રત્યેક પળ એ એક પવિત્ર યજ્ઞકર્મ છે એમ સમજીને એ પળને જ જીવી લેવાની છે. ખબર નથી, આવતી કાલ છે

કે નહીં! આ રીતે જો reverence for life, જીવન પ્રત્યે શ્રદ્ધા હશે અને "मृत्युना केशेषु गृहीत इव धर्ममाचरेत्।" આપણી ચોટલી મૃત્યુના હાથમાં છે, એનું ભાન હશે તો મને લાગે છે કે દ્વિધા નહીં રહે. નિર્ણયો થતા જશે, ભૂલો પણ થતી જશે, ભૂલથી શીખીશું, અપયશથી પણ શીખીશું.

ગંદી આદતોથી કેવી રીતે છૂટવું તે પ્રશ્ન પુછાયો છે. હવે આ આદતો ગંદી છે તેવું કોણે કહ્યું? મારી બુદ્ધિની સમજમાં આવી ગયું, living encounter with the fact— બુદ્ધિને જે ક્ષણે જે સમજમાં આવ્યું તે તત્ક્ષણ જીવવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ. આટલું એક વ્રત જો માણસ ધારણ કરી લે કે, મારી સમજમાં જે ક્ષણે જે આવશે તદનુસાર તત્કાળ હું જીવવાનું શરૂ કરી દઈશ.

વળી પ્રશ્ન છે કે આદત વગરનું જીવન હોઈ શકે ખરું કે? હું તો આદતોને જ ખરાબ માનું છું, પછી સારી કે ખરાબ એવી વ્યાખ્યામાં હું પડતી જ નથી. આદત બૂરી છે તેવું સમજાઈ ગયું તો તત્ક્ષણ એ ગંદી ટેવને છોડી દો. If there is a gap between understanding and action—સમજણ અને આચાર વચ્ચે ખાઈ હશે તો પછી શક્તિ વિકસશે નહીં. સમજ મુજબનો ફેરફાર તરત જ થશે તો જેને તમે ગંદી ટેવ કહો છો તે છૂટી જશે. આ તો થઈ ગંદી આદતોની વાત!

હવે તમે આદત કોને કહો છો? ટેવ શું છે? તમે રોજ જમો છો તે ટેવ છે? તમે રોજ રાત્રે ટેવને લીધે સૂઓ છો? Is sleep a repetitive mechanistic action? દિવસભરમાં જે કંઈ વ્યવહાર થાય છે તે ટેવ હોવાને લીધે થાય છે કે તે આપણું સ્વાધીન કર્મ છે?

ટેવ એટલે કે જેમાં ધ્યાન ના આપવું પડે. યાંત્રિકતા-પૂર્વક જે થઈ જાય તે. આપણે ટેવાઈ ગયા છીએ એટલે એ થઈ જાય છે. જેવી રીતે સરકસમાં ઘોડા-હાથીને કેળવાય છે, તેવી રીતે આપણા શરીરને પણ training આપવામાં આવી છે. ટેવ પડી જાય છે એટલે એકધારું યાંત્રિક જીવન ચાલ્યે રાખે છે. આ જ આદત છે. It's a pattern. Habit is a pattern of living.—પછી એ માનસિક હોય કે શારીરિક હોય. અનવધાનપૂર્વક જ કામ ચાલ્યા કરે છે.

ત્યારે જીવવાનું છે સાવધાનીપૂર્વક. કેવી પરિસ્થિતિમાં કયું કર્મ કેવું થઈ રહ્યું છે તેની સભાનતા હોવી તે જીવન છે, મિત્રો! અભાનતામાં કોઈ જીવન નથી. યાંત્રિક ક્રિયાઓ થશે તો શરીરની શક્તિ જરૂર ખર્ચાશે, પણ તેથી કાંઈ તે જીવનનું કર્મ નહીં બને. ક્રિયાઓ કર્યે રાખવી કે પાંચ વરસમાંથી સિત્તેર વર્ષના થઈ જવું એ તો કાંઈ જીવન નથી. જેટલી ક્ષણો સ્વાધીનતાપૂર્વક, સાવધાનીપૂર્વક, સભા-નતાપૂર્વક જીવાઈ એ જ તો જીવન છે. આ રીતે કદાચ આપણે ૮૦ વર્ષમાં છ વર્ષ જ જીવ્યા હોઈએ તેવું પણ બને! બાકી બધું જે જીવ્યા તે પરંપરા કે આદતોના પુનરાવર્તનવાળું યાંત્રિક જીવન જીવ્યા. તો આદતોમાં જીવનનું સત્ત્વ નથી, શીલ નથી, તેજ નથી. આ વાત સમજાઈ જાય તો મનુષ્ય ટેવને પડવા જ શું કરવા દે? આદત વગર જીવવું શક્ય છે. પ્રત્યેક પળમાં માણસનું મૃત્યુ અને પુનર્જન્મ થાય તેવી સંભાવના છે. યોગીઓની જીવનકળાનું આ જ રહસ્ય છે.

પ્રશ્ન : ભક્તિયોગ, કર્મયોગ, જ્ઞાનયોગ વગેરેમાં શમ, દમ, વિવેક-વૈરાગ્ય પર ખૂબ ભાર મૂકવામાં આવે છે.

ધ્યાનયેાગ માટે તમે આ વસ્તુ પર કશેા ભાર મૂકયેા નથી. તેા એમાં આ બધાની જરૂર છે કે નહીં ? છે તેા કેટલા અંશે ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ): તમે જોયું હશે કે શરૂઆતથી જ વારંવાર હું એકની એક વાત ફરી ફરીને ઘૂંટાવી રહી છું કે તમારી અંદર જે સમજવાની શક્તિ છે, તેના પર શ્રદ્ધા રાખેા. આ સમજવાની શક્તિ એ તમારા અંતરંગમાં વસનારી પ્રભુની વિભૂતિ છે. બુદ્ધિ શબ્દોનું જ્ઞાન ગ્રહણ કરે છે, પરંતુ શબ્દોમાંથી અર્થ અને ભાવ પકડીને એને ‘ બેાધ ’ માં ફેરવવાની શક્તિ ‘ સમજણ ’ માં છે.

જે માર્ગ જીવનમાં પકડવાનેા છે, તે માર્ગે ચાલવા માટે જે કાંઈ કરવું જરૂરી છે તે બધી બાબતેા અંગે તારણેા કાઢી લઈને પેાતાની સમજ મુજબ જીવન જીવવાનું છે. “ શમ-દમ સાધવાના છે, વૈરાગ્ય લાવવાનેા છે ”— આવી ગ્રંથેામાં લખેલી વાતેાને કર્તવ્ય કે ગંતવ્ય માનીને પેાતાનાં બધાં કર્મોને એ કસેાટી પર ચઢાવ્યે રાખવામાં આંતરિક સંઘર્ષ ઊભેા થતેા હેાય છે. ગ્રંથમાં લખેલી વસ્તુ હજી અંતરમાં ઊગી ના હેાય તેને ધર્મ કે અધ્યાત્મના નામે કરવામાં આવે છે. તમે પણ કદાચ તેવું કરતા હશેા. હું કહું છું કે પાખંડ કે દંભમાંથી અને આંતરિક સંઘર્ષમાંથી મુકત રહેવા માટે કેાઈ પણ ચીજને ધ્યેયરૂપે સામે રાખ્યા વગર આપણા જીવનની જે યથાર્થતા છે તેને પહેલાં જોવી. પહેલાં યથાર્થતાની ધરતી પર આવી ઊભા રહી જઈએ. આપણા ગુણદેાષેાને સમજી લઈએ. પછી આગળ કયાં વધવાનું છે તેનું ચિંતન કરીએ. આપણી પેાતાની સમજ મુજબ, આત્મપરીક્ષણપૂર્વક જે કાંઈ વાત હાથમાં આવે તે વાત

પર આગળ ચાલીએ. હું સમજણની શક્તિ પર ભાર મૂકી રહી છું. સમજણના એ તંતુને પકડીને વ્યવહાર કરીશું તો આપણી સમજણ પણ સમૃદ્ધ થશે અને એનું ઊંડાણ વધતું જશે, એનો વિસ્તાર પણ વધતો જશે. જીવનના આચરણના સ્પર્શથી સમજ સમૃદ્ધ થાય છે.

તમે કહેશો કે આ શમદમાદિના રસ્તાને શું તમે હેય માનો છો? હું કોઈને હેય કે ઉપેક્ષણીય નથી માનતી. પરંતુ તમે જરા જુઓ તો ખરા! આ યુગમાં બુદ્ધિને વિકસાવવાના પ્રયત્નોમાં મનુષ્યે ચિત્તની નિર્દોષતા અને શ્રદ્ધા બંને ગુમાવી દીધાં છે. પહેલાં તો શમદમાદિ ષડ્ગુણ હોવા જોઈએ એવું કહેવાતું તો કશા જ વિરોધ વગર સાધકોના હૃદયમાં એનો સ્વીકાર થઈ જતો. પરંતુ આજે કોઈ આવું કહેવા જશે તો તરત પ્રશ્ન ઊઠશે કે આવું કહેનાર વ્યક્તિમાં શમ-દમ છે? એના પોતાના જીવનમાં વૈરાગ્ય છે? મનુષ્યની ભીતર શ્રદ્ધા રાખવાની શક્તિ લંગડાઈ ગઈ છે. એ વિશ્વાસ કરશે. વિશ્વાસોનો સંઘરો એ કરશે– Collection of beliefs. અને મુશ્કેલીમાં પડશે તો જ્યોતિષીથી માંડીને માંત્રિક, તાંત્રિક લોકો સુધી, જરૂર પડે જાદુ-જંતર-મંતર કરવાવાળા સુધી પણ ભણેલાગણેલા માણસ પહોંચી જશે. તો માન્યતા, વિશ્વાસ, conviction અલગ ચીજ છે અને શ્રદ્ધા– faith એક અલગ ચીજ છે. બધા પ્રાણોની અને બધી ઇંદ્રિયોની શક્તિ ઉન્મુખ થઈને એક બિંદુ પર આવી જાય છે ત્યારે શ્રદ્ધા માટે કહેવાયું છે કે Faith can move mountains— પહાડોને પણ એ ડગાવી શકે. આધુનિક મનુષ્યમાં બુદ્ધિનો વિકાસ થયો, શબ્દજ્ઞાન વધ્યું, બૌદ્ધિક કૌશલ્ય વધ્યું, અનેકાનેક કળાઓ

વિકસી; આમ બૌદ્ધિક દૃષ્ટિએ જીવન અત્યંત સમૃદ્ધ બન્યું. પણ બુદ્ધિની દિશામાં આગળ વધતાં જતાં જીવનનું બીજું એક અંગ નબળું પડતું ગયું. આજના માણસમાં શ્રદ્ધા રાખવાની શક્તિ નથી.

એટલે જેણે પોતાની બુદ્ધિને આટલી સતેજ બનાવી, તીક્ષ્ણ બનાવી એને હું કહું છું કે ચાલ ભાઈ, જે રસ્તે તું ચાલી રહ્યો છે તે રસ્તે જ આગળ વધ. તારી બુદ્ધિને જે સમજાય છે તેને પકડીને તું ચાલ. સંયમનો અર્થ તને જે સમજાતો હોય તે રીતે જીવવા મથ. એટલે હું પુરાણી ભાષા વાપરતી નથી. આજના વિજ્ઞાનના યુગમાં માણસ જ્યાં ઊભો છે ત્યાં કમ સે કમ એને પોતાની બુદ્ધિમાં, પોતાની સમજણમાં પણ એની શ્રદ્ધા જાગી ઊઠે તેવું કરવાનું છે. એક વાર એના ચિત્તને શ્રદ્ધાનો સ્પર્શ થઈ જશે અને પોતાની સમજણને આચરણમાં મૂકતો થઈ જશે તો સંભવ છે કે માનવના જીવનમાં નવી ક્ષિતિજો ખૂલશે, નવા આયામ ખૂલી જશે.

મહારાષ્ટ્રના સંત એકનાથ મહારાજે શ્રીમદ્ ભાગવત પર 'अेकनाथी भागवत' નામે ટીકા લખી છે. એમાં મહારાજ કહે છે—'माझीये हे ठाईं अनुरक्ति, हें चि विषयीं विरक्ति। ચિત્તમાં મારા અંગે અનુરાગ થયો કે તરત જ એ અનુરાગ વિષયો પ્રત્યેના વૈરાગ્ય રૂપે બહાર પ્રગટ થયો.

જનમાનસ સાથે સંવાદ સાધવાની આજની ભાષા વિજ્ઞાનની હશે. એટલે હું 'સમજણ' પર ભાર મૂકું છું. સમજણ માણસને સંયમના રસ્તે લઈ જશે. જીવનને વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ જોવા લાગીશું તો આપણા કાયિક, વાચિક, માનસિક બધા વ્યવહારોમાં સંયમ આવીને વિરાજશે.

કળિયુગમાં મનુષ્યનું જીવન પણ ટૂંકું છે! નાનકડી જિન્દગી છે એટલે સમજ, સંયમ અને જીવનપરિવર્તનની વાતો હું લોકો સમક્ષ મૂકું છું.

પ્રશ્ન : ધારણા માટે ચક્રોનું સ્થાન અને એનાં ભયસ્થાન ક્યાં? કુંડલિની શક્તિ શું છે? એને કેવી રીતે જગાડવી?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : જેમને કુંડલિની શક્તિના જાગરણમાં રસ હોય કે કેવળ બૌદ્ધિક કુતૂહલ હોય તેમને બે હાથ જોડીને મારી પ્રાર્થના છે કે કાશ્મીરમાં પંડિત ગોપીનાથ રહે છે, શ્રીનગરમાં 'કુંડલિની રીસર્ચ યોગ સંસ્થાન' છે, એમના ગ્રંથો વાંચો. શ્રીમદ્ જ્ઞાનેશ્વરી ગ્રંથના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં પણ કુંડલિની અંગે છે.

આટલું તમને કહી દઉં કે શરીરમાં કુંડલિની શક્તિ છે જરૂર, અને એ જાગૃત પણ થાય છે. એ જાગૃત થાય છે ત્યારે વ્યક્તિના જીવનમાં અનેક શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક પરિવર્તન આવે છે. પણ આ વિષય ગંભીર છે, ૪૫ મિનિટમાં એને ન્યાય ન આપી શકાય.

ચક્ર વિષે વધારે જાણવું હોય તો 'હઠયોગ પ્રદિપીકા' વાંચશો તો મુલાધાર ચક્રથી સહસ્રદલકમળ સુધી, બ્રહ્મરંધ્ર સુધીનાં ચક્રોની જાણકારી મળી જશે. હવે ક્યાં ચક્રો પર ધારણા કરવી? હું માનું છું કે ગૃહસ્થાશ્રમી વ્યક્તિ માટે ચક્રો પર ધારણા કરવી એ વિશેષ વાંછનીય નથી. સામાન્ય રીતે, જેઓ ભક્તિમાર્ગે જાય છે, તેઓ હૃદયચક્ર પર ધારણા કરે છે. જેઓ નાદયોગ પર જાય છે તેઓ નાભિચક્ર પર ધારણા કરે છે, જ્યાં બાવન માતૃકાઓનું નૃત્ય ચાલે છે. જેમને મનથી ઉપર ઊઠવું છે, બુદ્ધિ, મન તથા ભાવનાના પસારાના સંસારમાંથી જેમને અલગ

થવું છે તેઓ ભ્રૂમધ્યમાં આજ્ઞાચક્ર પર ધારણા કરે છે. આજસુધીની આવી પરિપાટી રહી છે. પરંતુ ગૃહસ્થાશ્રમી વ્યક્તિ દિવસમાં પાંચ-સાત કલાક કામ પણ કરે, ઘર પણ સંભાળે, સમાજમાં વ્યવહારો પણ કરે અને વળી ચક્રોના ત્રાટકોમાં, ધારણામાં શક્તિ કેન્દ્રિત કરે તો પ્રારંભમાં કદાચ એના શરીરના ધર્મોમાં કાંઈક ક્ષોભ પેદા થઈ શકે.

આજ્ઞાચક્ર પર ધારણા કરનારાઓની ઊંઘ ઘટી જાય છે, ભૂખ ઘટી જાય છે. શરીરમાં ગરમી વધે છે. આ બધું કાંઈ બીવડાવવા નથી કહેતી. આ બધાં સહજ પરિણામો છે. હવે આ જે ઉષ્ણતા પેદા થાય છે તેમાંથી શરીરને બચાવવા માટે જે ઉપાયો કરવા પડે છે તે ઉપાયો કરવાની ધીરજ આપણામાં હોતી નથી.

આયુર્વેદ યોગશાસ્ત્રનું એક અંગ છે. આયુર્વેદ તથા યોગશાસ્ત્રની મદદથી આ ઉપાયો કરવાના હોય છે. ભ્રૂમધ્યમાં ધારણા કરવાથી અગ્નિતત્ત્વ પ્રદીપ્ત થાય છે. હૃદયચક્રમાં ધારણા કરવાથી એના શરીરમાં શીતળતાનો અંશ વધે છે. હવે આ કેમ વધે છે અને કેવી રીતે વધે છે તે આ શિબિરનો વિષય નથી. હું આવી ચર્ચાઓમાં નથી ઊતરતી કારણ કે પછી આવી ચર્ચાઓ સાંભળવાનો મનને એક શોખ થઈ જાય છે. આપણે તો જીવવામાં રસ પેદા કરવાનો છે. જે જીવન છે તેની ગુણવત્તા વધારવી. અહંના કેન્દ્રમાંથી મનુષ્યને બહાર કાઢવામાં આપણને રસ છે.

આ સંસારમાં આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ માટે જીવવું મુશ્કેલ થઈ પડે છે. એ જો અંદરની ઊંડી વાતો કહેવા માંડે તો એને એકદમ મનુષ્યોમાંથી હદપાર કરી ભગવાન બનાવી દેશે, ભગવતી બનાવી દેશે. આંતરિક વાતો માણસના

ચિત્તમાં એવો કાંઈ આદરભાવ ઊભો કરી દે છે કે એ કહેનાર વ્યક્તિને પોતાનાથી કાંઈક ઊંચે સ્થાને બેસાડી દે છે! એ વ્યક્તિ પર આરોપણ કરે છે. પછી પેલી વ્યક્તિ isolate થઈ જાય છે. In the psychological authority about the speaker that the listener creates in his own mind, the speaker gets isolated. મને મારી સામાન્યતા છોડીને પળભર માટે પણ કશું જ ના જોઈએ, પછી ભલે ને એ ત્રૈલોક્યનું સામ્રાજ્ય હોય! મને તો સામાન્ય આદમી થઈને જીવવામાં ભારે આનંદ છે.

રવીન્દ્રનાથ ગાય છે— પ્રભુ, મને મુક્તિ ના જોઈએ, ભક્તિ ના જોઈએ. 'शत शत बंधनेर माझे' માણસોનાં, સ્નેહીઓનાં શત શત બંધનોમાં હું તો જીવવા માંગું છું. એટલે હું આ બધી ચર્ચાઓને ઊઠવા દેવા નથી માંગતી. પણ તમે જ્યારે પ્રશ્ન પૂછી લીધો તો આમાં કોઈ રહસ્યવાદ તો છે નહીં. છે આનું પણ એક વિજ્ઞાન. આ કોઈ ચમત્કારનો વિષય નથી! પણ અવ્યક્ત સૃષ્ટિના વ્યવહારોને ચમત્કાર કહેવાનો એક રિવાજ પડી ગયો છે. હૃદયચક્ર પર ધારણા કરનારના શરીરમાં શીતળતા વધી જાય છે. આ શીતળતાને counteract ન કરવામાં આવે તો શરીરમાં વ્યાધિનો આભાસ થાય છે. તેને રોગ સમજીને તેનો ઉપચાર દવાથી કરવા જતાં મુશ્કેલીમાં ઉમેરો થાય છે.

એટલે જેમને આ અંગે ઊંડાણપૂર્વક અભ્યાસ કરવો હોય તો તે થિયોસોફીના જે પ્રમાણગ્રન્થો છે તે વાંચે. બ્રહ્મવિદ્યા, મધુવિદ્યા પર જે ગ્રંથ લખાયા છે તે ઉપરાંત મહામહોપાધ્યાય ગોપીનાથ કવિરાજના ગ્રંથો વાંચવા. આજે તો કુંડલિની યોગ પર Research–તત્ત્વાન્વેષ કરવા-

વાળા ગ્રંથો મળે છે તે પણ જોઈ જવા. કોઈ અનુભવી વ્યક્તિ પાસે બેસીને ચક્ર એટલે શું ? તેનું માનસિક-ભૌતિક અસ્તિત્વ છે કે નહીં ? આધુનિક શરીર વિજ્ઞાન-Anatomy- એનો સંબંધ શું છે અને ધારણા કરતાં જે પરિણામ આવે છે તે કેમ આવે છે, શાટે આવે છે તે સમજી લેવું. સમજ્યા વગર કશું કરવું નહિ તેવી મારી બે હાથ જોડીને તમને પ્રાર્થના છે.

પોતાની સમજપૂર્વક ચલાયેલું એક ડગલું બીજાની ઉધાર લીધેલી સમજથી ચલાયેલાં સો ડગલાં કરતાં ચઢિયાતું છે. અડધી મિનિટ માટે પણ ભ્રૂમધ્યમાં દૃષ્ટિ કેન્દ્રિત કરવા જતાં જેમને ચક્કર આવી જાય તેમની સાથે શું વાત કરવી ? કાંઈક કહીએ અને પછી કોઈ એ પર પ્રયોગ કરવા માંડે અને ઘરે જઈને કાંઈ થાય તો કહે કે, 'ભાઈ, નારેશ્વર ગયો હતો અને ત્યાં જે કહ્યું તે મેં કર્યું.' તો પછી એના ભાગીદાર થઈ જવું પડે. કોઈને પત્રવ્યવહાર કરવો હોય તો એ અંગેના જરૂરી ગ્રંથો વિષે માહિતી આપીશ અથવા એ વિષયની અધિકૃત વ્યક્તિઓનાં નામ પણ સૂચવીશ.

પ્રશ્ન : પ્રાર્થના અને ધ્યાન વચ્ચે શું અંતર છે ?

ઉત્તર : (વિમલાતાઈ) : પ્રાર્થના ચિત્તની એક વૃત્તિ છે. એમાં આપણી અપૂર્ણતાઓનું, મર્યાદાઓનું ભાન થાય છે. અંદરથી એક જીવનનો હુંકાર ઊઠે છે—' अहमस्मि, अहमस्मि, अहमस्मि ! '—' હું છું, હું છું, હું છું. ' આ 'હું'કાર એ જીવનનો હુંકાર છે. એ ન તો કદી બાળક હોય છે, ન કદી યુવાન, ન વૃદ્ધ ! શિશુ-કિશોર-યૌવન એ સઘળી અવસ્થાઓને પાર કરીને મનુષ્ય પોતાના શરીરના પાત્રમાંથી આ

જોઈ લે છે. આ જે પોતાના હોવાનો પ્રત્યય છે તે પોતે કોઈ પુરુષ છે, સ્ત્રી છે કે બાળક યા વૃદ્ધ છે, તેવા પ્રકારનો કોઈ પ્રત્યય નથી. આ હુંકાર આ બધાયથી નિરપેક્ષ હોય છે. આ હુંકાર ક્યાંથી ઊઠે છે? શા માટે ઊઠે છે? બાહ્ય સૃષ્ટિ સાથે મારો શું સંબંધ છે? કોણે બનાવી છે આ સૃષ્ટિ? એ ક્યાં છે?—સાડા ત્રણ હાથના મર્યાદિત દેહમાં પણ અમર્યાદને જોવા-સમજવા તથા પામવાની એક અદમ્ય અભીપ્સા લઈને મનુષ્યનો જન્મ થાય છે. એ જાણે છે કે શરીર અશુદ્ધ છે, કષાય છે, પુદ્ગલોનો સમુદાય છે. એ સત્ત્વ, રજ, તમનો બનેલો છે. અરે, આ દેહ માટે તો ત્યાં સુધી કહી દીધું કે 'वस्त्रं शवाच्छादनम् भोजनं व्रणलेपनम्'—વસ્ત્ર એ શબ પરનું આચ્છાદન છે અને ભોજન એ વ્રણ-લેપન છે. વૈરાગ્યનો મહિમા ગાવા માટે મનુષ્ય અહીં સુધી આગળ વધી ગયો!

તો આટલા મર્યાદિત અને દોષિત શરીરમાં રહેવા છતાંય માણુસને નિર્દોષતાની પ્યાસ છે. પોતે અશુદ્ધિમાં રહે છે, છતાંય શુદ્ધિની પ્યાસ કદી મટતી નથી. કારણ કે એની અંદર જે હુંકાર છે તે નિત્ય શુદ્ધ, પ્રબુદ્ધ, સત્તાનો હુંકાર છે. જે એને ચેનથી બેસવા દેતો નથી. માણસ દેશ અને કાળમાં બંધાયેલો છે. એની કાયા બંધાયેલી છે, એનું મન શબ્દોના દોરડે ભૂતકાળ સાથે બંધાયેલું છે. તેમ છતાંય ભૂતકાળ તો શું, ત્રણે કાળને લાંઘીને એ કાલાતીત સત્તાને જોવાની લાલસા માનવપ્રાણમાં પડેલી છે. આ કેવળ હિંદુસ્તાન-ની વાત નથી, દુનિયાભરના મનુષ્ય માત્રની આ વાત છે!

ઓસ્ટ્રેલિયાના આદિવાસીઓમાં આ અભીપ્સા છે. જાપાન ગઈ તો ત્યાં પણ આ જ જોયું. શું આયર્લેન્ડમાં,

કે શું મધ્યપૂર્વમાં ! યુરોપના સામ્યવાદી પ્રદેશોમાં ગઈ તો ત્યાં પણ આ જ જિજ્ઞાસા ! મારે એક વખતે 'યુનિવર્સિટી ઑફ ચાયના'માં બોલવાનું થયું, કદાચ ૧૯૭૧-૭૨ની વાત. ત્યાં મેં કહ્યું કે જુઓ ભાઈ, તમારા દેશમાં તો ઈશ્વર વિષે બોલવું એ એક blasphemy ગણાશે. To talk about God in your country will be blasphemy. તો કૉલેજના પ્રોફેસર અને વિદ્યાર્થીઓ હસવા લાગ્યા. મેં કહ્યું, જુઓ ભાઈ, તમે પરમેશ્વરમાં-પ્રભુમાં નથી માનતા પરંતુ 'મન છે' એમાં તો માનો છો ને ? એ ફિલોસોફીના વિદ્યાર્થીઓ હતા ! એમણે કહ્યું, હા, 'મન છે' એ તો માનીએ છીએ. મેં કહ્યું, મારું અડધું કામ થઈ ગયું. તમે જે માનો છો એને લઈને આગળ વાતો કરીશું. તમે જ્યાં ઊભા છો ત્યાંથી આગળ ચાલીશું. તો મનની પાર શું છે એ જાણવાની પ્યાસ આજે બધા દેશોમાં, કાળા, ગોરા, પીળા, લાલ બધા લોકોના પ્રાણોમાં છે. તો પ્રાર્થના શું છે ? મર્યાદામાં રહીને અમર્યાદની સાથે ભાવસંબંધ બાંધવાની કલા. હે પ્રભુ ! તમે સર્વવ્યાપી છો, સર્વાન્તરયામી છો. જ્યારે આ શરીરમાં બેઠેલો સર્વવ્યાપી નથી, તે તો એકદેશી છે અને બેઠો છે પણ એકદેશી શરીરમાં. એની પ્યાસ છે સર્વાન્તરયામી બનવાની, પોતે તો નથી. પણ હું તમારો છું. કેવી સુંદર છે યુક્તિ ભાઈ ! આપણા પૂર્વજો એકદમ જીવનરસિક છે. એ કાંઈ હાર ખાનારા નથી.

જેને પોતાની મર્યાદાઓનું, અશુદ્ધિઓનું ભાન થઈ ગયું તે જ વ્યક્તિ શુદ્ધ, બુદ્ધ, મુક્ત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાની પોતાની પ્યાસ બૂઝાવવા તરસે છે. આ મનુષ્ય શું હાડમાંસનો આદમી છે ? એકેક વ્યક્તિ એ તો એકેક કાવ્ય છે.

પ્રાર્થનામાં મનુષ્ય બેસે છે ત્યારે એણે અનંતનો એક વિગ્રહ સાન્તમાં ખડો કરી દીધો. હું તો મનુષ્યને જ અનંતનો વિગ્રહ-સ્વરૂપ માનું છું, પરંતુ આવી એક સામે પ્રતિમા ખડી કરી દીધી અને એની પાસે બેસીને કહેવાય છે કે, 'હે પ્રભુ, તમે બધું જાણો છો. તમે ઘટઘટવાસી છો!' તો શું એ માણસ જાણતો નથી કે એ અઢી હાથની કે અઢી ઇંચની મૂર્તિ એ કોઈ ઘટઘટવાસી નથી પણ આ એક યુક્તિ છે?

જ્યારે ધ્યાનમાં શું છે? ધ્યાન વૃત્તિ નથી. ધ્યાન એ બધી વૃત્તિઓનું શમન છે. જ્યારે પ્રાર્થનામાં હું પણ છું, તું પણ છે. હે પ્રભુ, તમે મારા છો અને હું તમારો છું. આ 'હું તમારો અને તમે મારા' એ આ પ્રકારે દ્વૈતને લાંઘવાની યુક્તિ પ્રાર્થનામાં છે, એકતામાં જવાની યુક્તિ છે પ્રાર્થનામાં!

પરંતુ ધ્યાન શું છે? જે મનમાં 'હું' અને 'તું'નો ભાવ છે, જે મનમાં મર્યાદાઓના ખ્યાલ છે, જે મન-બુદ્ધિમાં અપવિત્ર-પવિત્રતાનો ખ્યાલ છે, તે મનની જ બધી ગતિઓનું શાંત થઈ જવું તે ધ્યાન છે. એટલે ધ્યાનમાં વૃત્તિ નથી, પ્રવૃત્તિ નથી, નિવૃત્તિ નથી, 'देहोऽस्मि' ભાવ નથી ને 'अहं ब्रह्मास्मि' એ ભાવ પણ નથી. 'भावातीतं त्रिगुणरहितं सद्‌गुरूं तं नमामि'। પણ જો ભાવાતીત, ગુણાતીત અવસ્થા હોય તો પછી એ નમન કેમ કરશે? 'દેહ છતાં જેની દશા વર્તે દેહાતીત'. જીવનનું આવું પરિમાણ—Dimension જો ના હોય તો તમે કોનું વર્ણન કરશો? 'જ્ઞાનીનાં ચરણમાં વંદન હો અગણિત.'

ધ્યાન એ જીવનનું એક Dimension જરૂર છે. ધ્યાન એક એવા આયામની વાત કરે છે, જ્યાં મનની એક પણ

ગતિ ચાલતી નથી, વ્યકિતગત ચેતના પોતાની સંપૂર્ણતા સહિત લીન થઈ ગઈ છે. Gone in to abeyance, gone into non-action. આ છે પ્રાર્થના અને ધ્યાન વચ્ચેનું અંતર.

પ્રાર્થનાની વૃત્તિ અહંકારને ઊઠવા નથી દેતી. ગાંધીજી કહેતા હતા કે, "અન્ન વગર રહી શકીશ, પાણી વગર રહી શકીશ, બે-ચાર પળ હવા વગર પણ જીવી કાઢીશ, પણ પ્રાર્થના સિવાય પળભર પણ હું નહી રહી શકું. મારી અંદર પ્રાર્થનાનો એક તંબુર રણઝણ્યા જ કરે છે.' પ્રાર્થનાની વૃત્તિ અહંકારને ઊઠવા નથી દેતી, જ્યારે ધ્યાનમાં અહંકાર ઓગળી ગયો હોય છે. પ્રાર્થનાની વૃત્તિમાં જીવનાર વ્યક્તિ પુરુષાર્થ કરે છે. તેઓ અહંમુકત નથી થતા, પરંતુ એમનો અહં એટલો બધો વિનમ્ર થઈ જાય છે, એટલો ઋજુ થઈ જાય છે; જ્યારે ધ્યાનયોગી વ્યકિતની ચેતનાનો આયામ જ બદલાઈ જાય છે. એટલે ત્યાં અહંકાર કે નિરહંકારનો પ્રશ્ન જ ઊઠતો નથી. જેવી રીતે કોઈ સ્લેટ પર લખેલા અક્ષરોને ભૂંસી કાઢે તેવી રીતે ચેતના પર જેટલા ભેદાત્મક સંસ્કારો, વૃત્તિઓ, પ્રત્યયો છે તે બધા ધોવાઈ-લુંછાઈ ગયા છે, ત્યાં કશું જ નથી.

આશા રાખું છું કે આટલાથી તમારું સમાધાન થશે. પ્રશ્નોત્તરીમાં મીમાંસા ન થઈ શકે, કેવળ દિશાદર્શન થઈ શકે.

[તા. ૪-૨-૮૧, મધ્યાહ્ન-રાત્રી બેઠકમાં]

વ્યાખ્યાન પાંચમું

પંચધારાના સંગમતીર્થે

અહીં આ શિબિર જે થયો તે એક અનોખો શિબિર છે. એક અદ્ભુત અને અપૂર્વ શિબિર છે. મારા જીવનમાં આ પ્રકારનો આ પહેલો શિબિર છે એમ કહીશ તો પણ તેમાં અતિશયોક્તિ નહીં ગણાય. શિબિરની કલ્પના કરનાર તથા નિમંત્રણો દેનાર કોણ કોણ છે, તે તમારા ધ્યાનમાં આવ્યું હશે.

પંચધારાઓના સંગમસ્થાને

એક છે થિયોસોફિકલ સોસાયટી. બ્રહ્મવિદ્યાની ઉપાસના આખા જગતમાં થાય, સમસ્ત વૈશ્વિક માનવ-પરિવારમાં ભાઈચારો જાગે, સર્વધર્મોમાં છુપાયેલી સત્યને ગ્રહણ કરવાની દૃષ્ટિ અને અવાંતર ગૌણને છોડવાની શક્તિ મનુષ્યને મળે, વિજ્ઞાન તથા યંત્રવિજ્ઞાનથી મળનારાં ભૌતિક કે બૌદ્ધિક સુખોમાં મનુષ્ય અટવાઈ ન જાય, એની આગળ

જે અતીન્દ્રિય અને એથી આગળ જે અનંતનો વિસ્તાર છે ત્યાં સુધી પહોંચવામાં મનુષ્ય પોતાના જીવનની સાર્થકતા સમજે—આ બધી વાતો થિયોસોફિકલ સોસાયટીના અધિષ્ઠાનમાં હતી. જમાનો હતો ૧૮૭૦-૭૫ નો. સ્થળ અમેરિકા. અને સ્થાપવાની વાત વિચારે છે માદામ બ્લેવેત્સ્કી. જન્મે રશિયન અને ધર્મે unlabelled uncommitted human being. સો વર્ષ પહેલાં માનવજાતિ ક્યાં ઊભી હતી તેની કલ્પના તમે કરી શકો છો. ત્યાંના ભૌતિકતાના ઉપભોગભર્યા વાતાવરણમાં જેમની આંખો અંજાઈ ગઈ હતી તેમને પહેલો ધક્કો દઈને જગાડવાનું કામ માતૃસ્વરૂપા બ્લેવેત્સ્કીએ કર્યું. એ વાત મનુષ્યજાતિ ભૂલી નહીં શકે.

હું તો હમેશા અધિષ્ઠાનો જોઉં છું. પ્રત્યેકની મૂળ દૃષ્ટિ અને જે કંઈ મૂલ્યો હોય તેને જોઉં છું. કર્નલ ઓલ્કોટનું ' Leaves of the diary, ' માદામ બ્લેવેત્સ્કીનું ' Secret Doctrine, ' ' Isis unveiled ' વગેરે અનેક ગ્રંથો છે, જેમાં ' Secret Doctrine 'ના આધારે ઉત્તર-વૃંદાવનવાસી કૃષ્ણપ્રેમે પોતાના ગ્રંથો લખ્યા. એમાંથી પ્રકાશ મેળવ્યો. તો આ બ્રહ્મવિદ્યા તરફ આખી દુનિયાનું ધ્યાન ખેંચનારી આ થિયોસોફિકલ સોસાયટીના જે સભ્યો વડોદરામાં રહે છે તેમને આ શિબિર કરવાની પ્રેરણા થઈ.

નારાયણસ્વામીનું ભક્તવૃંદ

અહીંની આ પરમહંસ રંગ અવધૂતની ભૂમિ પર, એમનાં ચરણોમાં પંચધારાઓનો સંગમ થયો છે! અત્યંત મધુર સંગમ છે એ! અહીં નારાયણસ્વામીનું શિષ્યવૃંદ પણ કૃપા કરીને પધાર્યું છે. ફરી પાછા મારી સાથે ચાલો ૧૯૬૭ના વર્ષમાં, જ્યારે હું નારાયણ-આશ્રમમાં

ગઈ હતી. નારાયણના સદેહે દર્શન નહોતાં થયાં, પણ સવા મહિનો અમે ત્યાં રહ્યાં.

એક નવજુવાન! શિક્ષણ તો એનું પૂરું થઈ ગયું છે પણ આંખો ખૂબ નબળી પડી ગઈ છે. સૌથી વધારે નંબરના ચશ્મા આંખે ચઢી ગયા છે. રોજ ગંગાકિનારે જઈને ગંગાજળ સામું ટગરટગર જોયા કરે છે. એમાં એક દિવસ ચશ્મા પડી ગયા. બીજો કોઈ હોત તો આ ઘટનાને અનર્થરૂપે જ જોત, કારણ કે એક-બે ફૂટથી વધારે ફરનું અંતર તો નરી આંખે જોવું શક્ય જ નહોતું. પરંતુ નારાયણે તો ઘટનાઓ પાછળ છુપાયેલા સંકેતને પ્રભુના પ્રેમપત્ર રૂપે સમજી લીધો. કહે, "ગંગા માવડીએ ચશ્મા લઈ લીધા એનો અર્થ એ કે મારી દૃષ્ટિ હવે સુધરવાની છે." અને પછી તો રોજ ગંગાજળ સામું જોઈ બેસતા. એમનું અત્યંત રોમાંચક જીવન છે. વિગતોમાં હું નહીં ઊતરું. પરંતુ પ્રભુનામમાં મસ્તી, ચોવીસે કલાક એ ભાવકાયામાં જ રહેતા હતા. સ્થૂળ દેહભાન એમનું રહેતું જ નહીં. જેમણે એમનો ભજનાનંદ લૂંટ્યો હશે તેઓ જાણતા હશે કે કેવું ભાવમય જીવન હતું એમનું! પરંતુ એમનો એ ભાવ માનવીયજીવનથી વિમુખ નથી. નારાયણનગરમાં સ્વામીજીની બનાવેલી હાઇસ્કૂલ તથા કોલેજ જોઈ. ગાંધીજી, રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને ઈશુ ખ્રિસ્ત—આ ત્રણ એમના જીવનના પ્રેરણાસ્રોત છે એવું મેં સાંભળ્યું છે. તો 'બાપુ કોલેજ' ખોલી છે ત્યાં હિમાલયમાં ૯૦૦૦ ફૂટ ઊંચે! જઈને જુઓ તો એમની એન્જિનિયરીંગ કલાનો, વિજ્ઞાનનો ચમત્કાર જોવા મળશે. મંદિર બંધાવતા ત્યારે કામ કરવા આવનારા મજૂરો સાથે બેસીને ભજનો ગાતા.

દારૂ છોડશો–માંસાહાર છોડશો તો તમારા ગામમાં નિશાળ ખોલીશું. આમ, કેટલાંય ગામોમાં એમણે શાળાઓ ખોલી. આયુર્વેદનું ઔષધાલય સ્થાપ્યું, સંગીતશિક્ષણની વ્યવસ્થા કરી. પહાડી લોકોને શાકાહારી ભોજનના સંસ્કારો આપ્યા. ફળની વાડીઓ કેવી રીતે વાવવી તે શીખવ્યું. ગોશાળાઓ સ્થાપી, ગોપાલન શીખવ્યું. મધમાખી ઉછેરતાં શીખવ્યું. આ બધાંને કારણે એમની ભક્તિ કે ભાવાવસ્થઃમાં કોઈ અંતરાય ના પડયો. એ જ્યાં જતાં ત્યાં ભજનાનંદનો સાગર ઊમટતો. નારાયણ...નારાયણ....નારાયણના નાદે આજે પણ ત્યાંના પહાડો ગૂંજી ઊઠે છે. વધુ વર્ણન તો શું કરું, પણ આવા એક પ્રભુપરાયણ, પ્રભુમાં મસ્ત, માનવનિષ્ઠ અને માનવજીવનના અભ્યુદય માટે રાતદિવસ સેવા કરનારા મહાપુરુષના ભક્તો અહીં આવ્યા છે એ જોઈ જે ધન્યતા અનુભવું છું તેને કયા શબ્દોમાં વર્ણવું? ત્યારે તો મોટરો પણ નહોતી. અલમોડાથી નારાયણ આશ્રમ જવા નીકળી પડતા. એમનું ચાલવું પણ અજબ હતું. લોકો દોડી દોડીનેય એમને પહોંચી ના શકતા. હૃષ્ટપુષ્ટ દેહ, ગોરો રંગ, મુગ્ધકર લાવણ્ય! જોતા જ રહી જાઓ, એવી એમની મુખમુદ્રા! 'ज्ञानमुद्राय कृष्णाय नमोनमः'ની જેમ કહેવાય છે કે 'भावमुद्राय नारायणाय नमोनमः।'

અરવિન્દનો સાધકગણ

ખેર! વળી અહીં આવ્યા છે શ્રી અરવિંદના ભક્તો. શ્રી અરવિન્દ તો યુગપુરુષ હતા. મારું સૌભાગ્ય કહો કે દુર્ભાગ્ય–એમનાં પણ દર્શન મને નહોતાં થયાં. ઈંગ્લેન્ડમાં અભ્યાસ થયો. પ્રખર વિદ્વાન, મેધાવી, પ્રતિભાસંપન્ન, અભિજાત કવિ એવા અરવિંદને સયાજીરાવ મહારાજા

વડોદરા લઈ આવે છે, ભણાવે છે. ભણતાં ભણતાં લેલે સાહેબ સાથે પરિચય થાય છે. પણ યોગાસન, પ્રાણાયમમાં અટવાઈ રહે એવા એ ક્યાં હતા ? ઊઠે છે બંગાળનો પોકાર અને ચાલ્યા જાય છે બંગભૂમિ પર ! ત્યાં સિસ્ટર નિવેદિતા સાથે મેળાપ થાય છે. અધ્યાત્મ સાધના પણ ચાલે છે અને દેશસેવા પણ ચાલે છે. 'યુગાંતર' મારફત એમણે દેશની મૌલિક સેવા કેટલી કરી, તેની વિગતોમાં નથી જવું અત્યારે. પછી તો જેલમાં જવાનું થયું, જ્યાં ભગવાન વાસુદેવનો સાક્ષાત્કાર થાય છે, સ્વામી વિવેકાનંદનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. નીકળી પડે છે. પોંડિચેરી જાય છે. અને ત્યાં બેસીને સામુદાયિક મુક્તિનો એક ઉદ્ઘોષ જગાવે છે. પછી એ વેદ પ્રસ્તુત કરીને થાય, 'Life Divine' દ્વારા થાય કે મૃત્યુનું રહસ્ય ખોલનારા 'સાવિત્રી' ગ્રંથ દ્વારા. મહર્ષિ અરવિન્દે કાવ્યમાં તથા આધ્યાત્મિક સાહિત્યમાં એક શિક્ષક તરીકે શું નથી કર્યું તે જ કહેવું મુશ્કેલ છે. તો આવા મહાપુરુષના ભક્ત તથા પ્રેમીઓ અહીં આવ્યા છે એમને પણ મારાં વંદન !

સર્વોદયના પ્રેરિતા

અહીં સર્વોદય કાર્યકરો પણ આવ્યા છે. 'સર્વોદય'ની પ્રેરણા મહાત્મા ગાંધીની. એમને હું ભારતીય સંસ્કૃતિના પરમોજ્જ્વળ માનવરત્ન કહું છું. પરમ ભાગવત, સત્યશોધક ગાંધીજી ! બેઠા દક્ષિણ આફ્રિકામાં. મનમાં આધ્યાત્મિક સાધનાના સવાલો ખડા થાય છે. રાયચંદભાઈને ૭૨ પ્રશ્નો પત્રમાં લખીને પુછાવે છે. જવાબ આવે છે અને અંદર એક ધરતીકંપ હચમચી ઊઠે છે. ભારત આવીને એ મહામાનવ સામાજિક, રાજનૈતિક, આર્થિક જીવનને અધ્યાત્મમય કરવા

એ મંડી પડે છે. એમના ગુરુ ગોખલેજીએ કહેલું : ' Spiritualisation of Politics. ' પરંતુ ગાંધીએ તો Humanisation of Human being and Spiritualisation of not only politics, but socio-economic, political, cultural, educational—all spheres of life. એવા તો લાગ્યા કે જીવનનું એકે ક્ષેત્ર અછૂતું ના રહ્યું ! નામ લીધું સત્ય–અહિંસાનું, જે વ્રતો આશ્રમવાસીઓ રોજ બોલે છે. મહાત્મા ગાંધીજીની જીવનસાધના કેટલી વિરાટ બની, જેને માટે આખું વિશ્વ નાનું પડ્યું ! એ જ ધારાને આગળ ચલાવવા આવ્યા સંત વિનોબાજી. પરમ એકાંતપ્રિય અને મૌનપ્રિય વ્યક્તિ. દુનિયાના ઇતિહાસમાં આવી વિભૂતિ જોવા નથી મળતી. પચીસ ભાષાઓના વિદ્વાન. બધા ધર્મોનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી લીધું હતું. એના વિષે પુસ્તકો પણ લખ્યાં. આવી વ્યક્તિ ચૌદ ચૌદ વર્ષ સુધી ભારતનાં ગામડાં ખૂંદતી રહી. ચૌદ વર્ષ ! કલ્પના કરો ! એક બે વર્ષ નહીં, પૂરાં ચૌદ વર્ષ, ભારતભરની પૈદલ યાત્રા !

જોઈ છે એ યાત્રા અમે. રોજ બે વાગે ઊઠવાનું. અઢીથી સાડા ત્રણ સુધી રોજ એ પ્રભાતિયાં ગાતા, કદીક વેદમંત્ર ભણતા. સાડા ત્રણ વાગે અમે સૌ પ્રાર્થનામાં ભળતા અને પછી નીકળી પડતા. ક્યારેક ચૌદ માઈલ તો ક્યારેક વીસ વીસ માઈલ સુધી પણ વિનોબાજીને ચાલવું પડ્યું છે. શું વર્ષાઋતુમાં કે શું શિયાળામાં ! ૧૫૦૦૦ ફૂટ ઊંચે પીર-પંજાલ ઓળંગતા એમને જેમણે જોયા હશે...! દેશમાં જાણે કરુણાની ધારા વહેતી થઈ ગઈ હતી. નવી દિશા એમણે ચીંધી કે સામાજિક, આર્થિક ક્રાંતિ લાવવા માટે હિંસાનો માર્ગ પકડવાની કશી જરૂર નથી. માર્ક્સ, લેનિન અને

માઓથી આગળ લઈ જનારો એક રસ્તો એમણે દુનિયાને દેખાડચો.

આપણે ગાંધી-વિનોબાની શિક્ષા-દીક્ષાને જીવી ના શક્યા તેમાં ન તો ગાંધીજીનો દોષ છે, ન વિનોબાજીનો. પરંતુ આટલી વાત આપણે યાદ રાખી લઈએ કે આવા મહાપુરુષો મરવાનું કદી જાણતા જ નથી. ગાંધીજીનું મૃત્યુ થઈ ગયું છે એવા ભ્રમમાં ભારતના ઘણા લોકો ભલે પડચા હોય, પણ એ લોકો તો મરવાનું જાણતા જ નથી. મેં માર્ટિન લ્યુથર કિંગ સાથે અમેરિકામાં કામ કર્યું છે. અલાબામાં, મોન્ટેગોમરી સ્ટેટમાં નિગ્રોના પ્રશ્નો લઈને એમણે વર્ષો સુધી anti-segregation movement અહિંસાપૂર્વક ચલાવી. તેઓ હમેશાં કહેતા—Gandhi, my father! મેં જોયા છે કૌંડાને, World Peace Brigade માં કામ કરતા. રેવરન્ડ માઇકેલ સ્કૉટ, આ કૌંડા, માર્ટિન લ્યુથર કિંગ, ચાલ્યા ગયા તે આપણા ડોનાલ્ડ ગ્રુમ… આ સૌ અમે World Peace Brigade માટેનું કામ સાથે કરતાં. જમાનો વીતી ગયો એ વાતને, જાણે પાછલા જન્મની કોઈ વાત! પરંતુ ગાંધી ત્યાં જીવી રહ્યા હતા. અને હજી હમણાં જ તાજેતરમાં જ હું આસામ જઈ આવી. જોઈ આવી કે ગાંધી ત્યાં પણ ફરી એક વાર જીવી રહ્યા છે. ચૌદ-પંદર, વીસ-એકવીસ વર્ષના નાના નાના છોકરાઓ 'ઑલ આસામ સ્ટુડન્ટસ યુનિયન' દ્વારા જનઆંદોલન ચલાવી રહ્યા છે અને ત્યાં ગાંધીજી ફરી જીવી રહ્યા છે. આ હું આંદોલનને જોઈ આવ્યા પછી, એનો અભ્યાસ કરી આવ્યા પછી કહી રહી છું. સોળ સોળ મહિનાઓ સુધી આંદોલન તરફથી કે એમના નેતા તરફથી હિંસા નથી થઈ. જ્યાં બીજા

લોકોએ કાવતરાં કરીને હિંસા કરાવી તેનો તેમણે નિષેધ કર્યો. એટલે એ છોકરાઓને તો હું કહીને આવી છું કે, My children, I have come to bless you. The rest of the India is busy with dead Gandhi and yon are busy with bringing him back to life. આવા ગાંધી–વિનોબાની જીવનધારા અને જીવનકાર્યને પોતાની શક્તિ અનુસાર આગળ ચલાવવા માગે છે તેવા સર્વોદય કાર્યકરો પણ નિમંત્રકોમાં સામેલ છે એનો પણ મને અત્યંત આનંદ છે.

જ્યાં સુધી મનુષ્યને તમે કેવળ હાડમાંસનું પૂતળું સમજીને માનવસેવાને કેવળ અન્ન-વસ્ત્ર-આવાસની વ્યવસ્થા કરવામાં બાંધી દેશો ત્યાં સુધી આ દુનિયા શાંતિ, સમતા, પ્રેમ, સહયોગનો રસ્તો પકડી નહીં શકે. મનુષ્ય હાડમાંસનું પૂતળું નથી રે! મનુષ્ય કેવળ વિકારો—વિચારોનો પુંજ નથી. મનુષ્યનું સત્ત્વ આત્મસત્તામાં છે, ભગવદ્‌સત્તામાં છે. Man is potentially Divine. અને એ જે Divinity છે, આત્મસત્તા છે તેને પ્રગટ કરવા માટે મનુષ્યને જન્મ મળ્યો છે. એ પ્રગટ કરવા માટે જરૂરી એવી સમાજરચના, અર્થ-રચના કરવી એ મનુષ્યનો ધર્મ છે એ વાત આજે સમાજ-ને કહેવી પડશે.

રંગ અવધૂતની પાંચમી ધારા

મેં ચાર ધારાઓની વાત કહી. અહીં પાંચમી પણ એક ધારા છે. તે છે રંગ અવધૂતજીની! જેમનાં દર્શન પણ મને નથી થયાં. કેવળ એમની અક્ષર કાયા, વાઙ્મયી કાયાનાં દર્શન થયાં છે. ‘ अयमात्मा ब्रह्म ’ના પ્રત્યયમાં હમેશા રત રહેનારા, જીવનની નિર્દ્વંદ્વ અવસ્થામાં હમેશા રહેવું જોઈએ તેવા

ઉદ્ઘોષ કરનારા એ હતા. તમે સૌએ એમનું સાહિત્ય વાંચ્યું હશે, નહીં વાંચ્યું હોય તો વાંચશો એમ માનું છું. પણ એમના આશ્રમમાં આ શિબિર થયો એને પણ હું પ્રભુની કૃપા સમજું છું. જેમનો બધો કલ્મષ ધોવાઈ ગયો છે તે અવધૂત છે. અવધૂત હમેશા સહજાવસ્થામાં રહેતા હોય છે. 'सहज सहज सब कोई कहे, सहज हुए नहीं कोई।' કબીર મહારાજ કહે છે. આ સહજાવસ્થા મુક્તાવસ્થાથી આગળની અવસ્થા છે. એ નિર્વાણથી પણ આગળ છે. નિર્ગ્રંથ અવસ્થાથી આગળની અવસ્થા છે, જ્યાં પોતાના બ્રહ્મસ્વરૂપ હોવાનું ભાન સુદ્ધાં હોતું નથી. 'अहं ब्रह्मास्मि' નું ભાન તથા ભાવ પણ—જેમ સાકર પાણીમાં ઓગળી જાય તેમ બ્રહ્મસત્તામાં ઓગળી જાય છે, તે અવધૂત અવસ્થા છે. આવી નિર્ધૂત કલ્મષ અવસ્થા જે પોતાના દેહમાં જીવી ગયા હશે અને જેમણે એમનાં દર્શન કર્યાં હશે તેઓ પણ ધન્ય છે. આવા રંગ અવધૂતજીના શિષ્યો આ શિબિરમાં સામેલ થયા, નિમંત્રકોમાં, વ્યવસ્થાપકોમાં અને શ્રોતાઓમાં રહ્યા. બોલો હવે, આનાથી મોટું ભાગ્ય હું માંગવા જાત તો પણ મને ના મળત. વિચારવા બેસત તો આવી પંચધારાઓનો સંગમ આ સિદ્ધભૂમિમાં યોજી ના શકાત. પણ યોજના બની ગઈ. ભારતવર્ષના ખૂણેખૂણે આવા આત્માનુભવી લોકો છે અને વિવિધ ધારાઓ છે. પરંતુ એ બધા પોતપોતાની પૃથક્તામાં, exclusivenessમાં ગૂંચવાઈ ગયા છે. હવે સૌએ એમાં મૂળભૂત અધિષ્ઠાનના સમાન બિન્દુઓ—Areas of agreement શોધીને એકત્ર થવું પડશે. વચ્ચે વચ્ચે મળવું પડશે. સાધના સૌ પોતપોતાની વ્યક્તિગત રુચિ-વૃત્તિ મુજબ કરે, કોઈ

ascent of matter and decent of the Divine કે Supramental consciousnessની વાત કરશે તો કોઈ 'પરમ અનુગ્રહ'ની વાત કરશે. કોઈ પરમ સંન્યાસની તો કોઈ બ્રાહ્મી દશાની આરાધનાની વાત કરશે. પૂ. વિનોબાજી પણ બ્રાહ્મી દશાની વાત કરે છે. કોઈ બ્રહ્મવિદ્યા, મધુવિદ્યાની ઉપાસના વિનોબા-નિર્દિષ્ટ રાહે કરે, કોઈ મહર્ષિ અરવિંદને અનુસરે તો કોઈ માદામ બ્લેવેત્સ્કીને; તો કોઈ માદામ એની-બેસન્ટે ચીંધેલા માર્ગે જશે; એ દરેકની વ્યક્તિગત બાબત છે. પોતપોતાના સંસ્કાર અનુસાર જે બિન્દુ પર માણસ ઊભો હશે ત્યાંથી એને Point of Contact with Divinity મળી જાય છે. જે બિન્દુએથી સંપર્ક સધાય તે સાધવો, તેનું કોઈ મહત્ત્વ નથી. સવાલ રસ્તાનો નથી, ગંતવ્ય-સ્થાન એક છે કે નહીં એટલું જ જોવાનું છે. અધ્યાત્મ માનવવિમુખ ના બને, જીવન અધોમુખ ના બને. જન્મ-મૃત્યુનો સ્વીકાર કરવાની હિંમત તથા તાકાત, જીવનનાં સુખદુઃખ, સન્માન-અપમાનને સ્વીકારી, પચાવી આગળ વધવાનું છે. Marching through the corridors of duality without getting stuck up in pleasure, pain, humiliation. બસ, દૃષ્ટિબિન્દુ અને દિશા સમાન હોય તો ભલે ને સૌ પોતપોતાના રસ્તે આગળ વધે!

આ પંચધારાઓની પરસ્પર અભિમુખતાનું એક દિવ્ય પર્વ અહીં ઉજવાયું. પરસ્પર સહયોગનું સંવાદી સંગીત હું સાંભળી રહી છું. તેનાથી બોલો, તમે અને હું ધન્ય થયા કે નહીં? કોઈ એમ માને કે આપણે આ સિદ્ધપીઠમાં એક નાનકડા નારેશ્વરમાં બેઠાં છીએ. પણ આ નાનકડું સ્થાન છે જ નહીં. નાનકડા સ્થાનમાં હું બેસતી જ નથી.

હું તો જ્યાં જાઉં ત્યાં વિશ્વમાં જ બેસું છું. હું ન તો ગુજરાતીઓ સાથે વાત કરું છું, ન ભારતીયો સાથે; હું તો મનુષ્ય સાથે વાતો કરું છું, જે આવતી કાલનો ઘડવૈયો છે. અહીં કોઈ અદનો છે નહીં, બધા જ મહાન છે. પોતાને મહાન કહીને હું કશી અતિશયોક્તિ કરી નથી રહી. પાંચ હજાર વર્ષ પહેલાં વાસુદેવ પોતે જ આવું કહી ગયા છે. 'ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति'—દશમા અધ્યાયમાં 'વિભૂતિયોગ' એમણે ગાયો છે. એ વાસુદેવ અણુરેણુમાં વ્યાપ્ત છે.

वासनात् वासुदेवस्य वासितं भुवनत्रयम् ।
सर्वभूतनिवासोऽसि वासुदेव नमोऽस्तुते ॥

શબ્દોની સાથે જરા દોસ્તી બાંધશો, શબ્દોની છટાઓ જરા જોશો તો 'વાસુદેવ' અને 'રામ'નો અર્થ સમજાશે. 'वासनात् वासुदेवस्य' એવો જે વાસુદેવ છે તેનું નામ વસુદેવના પુત્રને મળ્યું—આવું કહેનારો બહાદુર ખરો કે નહીં? એકે ગાયું છે—

एक राम दशरथ का बेटा
दूजा राम घटघटमें बैठा
तीजे राम का सकल पसारा
चौथा राम है सबसे न्यारा ।

આવું કહેનારો રામભક્ત પણ બહાદુર ખરો કે નહીં? ભક્તોને જ્યારે અદ્વૈતનું અધિષ્ઠાન પ્રાપ્ત થઈ જાય છે ત્યારે એમનામાં એક જાતની ખુમારી પેદા થાય છે. એક શક્તિસંપન્નતા, એક પ્રકારની શૂરતા, ધીરતા, વીરતા પેદા થાય છે.

આજે ભારત કાયરોનો દેશ થઈ ગયો છે. અધ્યાત્મના નામે એ કાયરોને હું કહેવા માંગુ છું કે કાયરતા છોડો. અરે, તમે કોનાં સંતાન છો, એ તો જરા યાદ કરો? આપણે સૌ ભારતીય છીએ. અહીં વેદો છે, ઉપનિષદો છે, ગીતા છે, રામાયણ-ભાગવત છે. રામાયણ પણ કેટલાં? અધ્યાત્મ રામાયણ, વાલ્મીકિ રામાયણ, તુલસી રામાયણ, કમ્બ રામાયણ! ભાગવત પર કેટલી ટીકાઓ લખાયેલી છે! જગન્નાથદાસે ઓરિસ્સામાં લખી, એકનાથ મહારાજે મહારાષ્ટ્રમાં લખી. જ્યાં જાઓ ત્યાં કાંઈક ને કાંઈક પ્રસાદી મળશે તમને. આવા દેશમાં અધ્યાત્મનાં જીવનમૂલ્ય અને પશ્ચિમના વિજ્ઞાનની સંપન્નતાનો સમન્વય કરવાની જવાબદારી તમારા-મારા પર છે.

માનવભૂમિકા પરથી જ પ્રશ્ન ઉકેલી શકાશે

આજે કાયરતા અને ભયથી જનમાનસ ગ્રસાઈ ગયું છે. એવા ચિત્તથી આપણે પ્રશ્નોના ઉકેલ શોધીએ છીએ. આજના પ્રશ્નોનો ઉકેલ રાજકીય કે આર્થિક સ્તર પર જડવાનો નથી. મનુષ્ય મનુષ્ય બનશે, પશુતા તરફ ઢસડાઈ જતી પોતાની જાતને રોકી મનુષ્યતાની ગરિમા સમજશે ત્યારે થશે. પોતાનું સત્ત્વ પરમ ભગવતી સત્તામાં છે, આત્મસત્તામાં છે એવા પોતાના સ્વરૂપને સમજશે ત્યારે એ ઊઠીને ઊભો થઈ શકશે. મનુષ્ય માટે ધર્મ અને નીતિ છે. પશુઓ માટે તો નીતિ પણ નથી. સમાજ મનુષ્યો વડે બને છે. આપણે તો સમાજ નહીં, ટોળાંશાહી— જૂથશાહી બનાવવા નીકળી પડ્યા છીએ. સમાજમાં સહજીવનની જવાબદારી દરેક વ્યક્તિ પર છે. આ આત્મસંયમની શક્તિ કાનૂન ન શિખવાડી શકે, બંદૂક ન જગાવી શકે. મારા મિત્રો! એને જગાડવા માટે તો જોઈએ આત્મસાધના.

વ્યક્તિકેન્દ્રિત ક્રાંતિ : સમગ્રતામાં જીવતાં શીખેા

આ જે ક્રાંતિ છે, આધ્યાત્મિક-સામાજિક ક્રાંતિ ! તેનાં કેન્દ્ર સંસ્થા કે સંગઠનેામાં નહીં હેાય, તે તેા પરિવારેામાં હશે, વ્યક્તિઓનાં જીવનમાં હશે. એટલા માટે તેા આવા નાના નાના શિબિરેામાં હું જાઉં છું અને શબ્દોની પ્યાલીઓમાં જીવન ભરી ભરીને જેટલું પીવડાવી શકાય તેટલું પીવડાવવાને પ્રયત્ન કરું છું. આપણે આ સિદ્ધભૂમિ પર, પંચધારાઓના સંગમસ્થાને જીવનની મૂળભૂત વાતેા સમજવાને પ્રયત્ન કર્યો. હવે ઘેર જઈ ને જો આપણે એમ સમજીશું કે આપણે તેા અધ્યાત્મસાધક છીએ, સમાજ સાથે આપણે શી લેવા દેવા કે મનુષ્યેાના સુખ-દુઃખ સાથે આપણે શી નિસ્બત ? તેા હું આશા રાખીશ કે તમને મારી એક વાત સતત યાદ આવશે કે જીવન સમગ્રતામાં છે. તે એક અવિભાજ્ય, અખંડ, એકરસ સત્તા છે. Life is a wholeness, nonfragmentable, non-divisible, homogenous wholeness. એમાં આપણે રહેવાનું છે. 'એની સાથે અમારે શી લેવાદેવા', એવું આપણે નહીં કહી શકીએ. આપણા જે કાંઈ સંબંધેા છે તેમાંથી સ્વાયત્તતાપૂર્વક પસાર થવાનું છે. પશુ-પંખી, નિસર્ગ, મનુષ્ય— આ બધાં સાથે આપણે સંબંધ છે અને એ સંબંધેા આપણે જીવી જવાના છે.

આંતરિક સમતા : બાહ્ય સંતુલન

કેવી રીતે આ સંબંધેાને જીવીશું ? ભીતર ચિત્તની સમતા હશે અને બહાર વ્યવહારમાં સંતુલન હશે. યેાગનેા સાર બે શબ્દોમાં સૂચવવેા હેાય તેા આ રીતે મુકાશે : આંતરિક સમતા અને બાહ્ય સંતુલન ! બાહ્યાચારમાં સમતેાલપણું

અને અંદર ચિત્તનું સમત્વ ! ‘ अर्जुन ! समत्व चित्ताचे हेचिसार योगाचे । ’– જ્ઞાનેશ્વરીમાં બાળસંત જ્ઞાનેશ્વર કહે છે કે યોગનો સાર છે ચિત્તનું સમત્વ.

આ ચિત્તની સમતા આવશે કેવી રીતે ? આજે તો આપણા જીવનને કેવળ બાહ્ય પદાર્થો સાથે સંબંધ છે. પણ એ પદાર્થોને ધારણ કરનારી જે space છે, જે શૂન્યતા છે, જે અવકાશ છે તેની સાથે આપણો કોઈ સંબંધ બંધાયો નથી. આપણો જીવનની સાથે એકાંગી સંબંધ છે એટલે આપણા બાહ્યાચારમાં સંતુલન નથી, ભીતર સમતા નથી. કેવળ વૈષમ્ય છે. જે કાંઈ વિચાર કે વિકાર ઊઠે તેને આધીન થવું તે જ છે વૈષમ્ય. તો આ વિષમતાને દૂર કરવા અને ચિત્તની સમતા સ્થાપવા માટે એક જ ઉપાય છે In life, to live is to be related. Life is relationship. સંબંધોમાં જીવનની સત્તા છે, isolationમાં નહીં– એકાકિતામાં નહીં. આટલું જો આપણે સમજી લઈશું તો આપણી જીવનવિમુખતા ચાલી જશે. અવકાશની સાથે જીવવાની ટેવ પાડવી પડશે.

મૌન સાથે એકાકાર થાઓ

એનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો ? આકાશદર્શન કર્યા કરવું. સૂર્યોદય પહેલાંનું આકાશ, રાત્રીનું આકાશદર્શન કરીશું તો અવકાશની સાથે સંબંધ બંધાશે. A living organic contact and relationship with the space. કેવળ જાણવાથી નહીં ચાલે, એની સાથે જીવવું પડશે. સાથે જીવવાથી શક્તિ વધે છે, કેવળ જાણવાથી સ્મૃતિ સંપન્ન થાય છે, પણ જીવન દરિદ્ર રહી જાય છે. એટલે સંતુલન લાવવા માટે જેટલું સાવધાન થઈને સાથે જીવાય તેટલું

જીવવાનું છે. શતકોથી, હજારો વર્ષોથી આપણને શબ્દ સાથે જીવતાં શિખવાડાયું છે, પરંતુ મૌન નામના સત્ય સાથે જીવતાં હજી આપણને નથી આવડ્યું. તો એની સાથે જીવીએ. Silence as a substance of our being and the substance of cosmic being. હું મૌન લેવાનું નથી કહેતી, મૌનમય થવાનું કહું છું. મૌનની સાથે જીવવાનું કહું છું. આમ, પદાર્થોની સાથોસાથ અવકાશની પણ સંગત કરીએ, શબ્દની સાથોસાથ મૌનની પણ સંગતિ માણીએ. મનની ગતિ સાથેના નિરંતર સંગને બદલે એને સમેટી લઈ ને ઉન્મનીનો સંગ કરીએ તો સંતુલન આપોઆપ આવી જશે. આજે સંતુલન નથી, કારણ કે વ્યક્તિત્વ જ એકાંગી છે. જે વિકાસ થયો છે તે એકાંગી વિકાસ થયો છે. બુદ્ધિ અને મનનો સંગ કરતા આવ્યા છીએ. પરંતુ બુદ્ધિની પણ જ્યાં પરાકાષ્ઠા આવી જાય, મનની ગતિ પણ અટકી જાય, શબ્દો પણ જ્યાં વિરમી જાય અને પદાર્થોનો સંગ પણ જ્યાં છૂટી જાય, ત્યાં અવકાશનો સંગ કરતાં શીખવાનું છે. આ ચતુઃસૂત્રી ધ્યાનમાં રહેશે તો આ શિબિરની નિષ્પત્તિ તમારા ધ્યાનમાં આવશે. એક નવા પ્રકારની સમતુલા જીવનમાં આવશે.

આ બધું કરવા માટે મન પર બોજો ના રાખશો. સહજતાપૂર્વક જીવનવ્યવસાયમાંથી જેટલો પણ સમય મળે તેમાં કરો. નહીંતર પછી સમય ના મળવા બાબતની એક નવી તાણ ચિત્તમાં ઊભી થશે. The revolution through leisure. ફ્રાંસ અને યુરોપની સાંસ્કૃતિક ક્રાંતિ વખતે ચિંતા રહેતી હતી કે જીવનસંઘર્ષની આર્થિક તાણમાં અમે ક્રાંતિ કેવી રીતે કરીએ? ત્યારે ક્રાંતિના

સંદેશવાહકે કહ્યું, "ફુરસદનો જેટલો સમય છે તેટલો ક્રાંતિને દઈ દો." એવી જ રીતે હું કહું છું કે આધ્યાત્મિક અભ્યુદય માટે જેટલી ફુરસદની ક્ષણો છે, તેટલી દઈ દો. ગપસપમાં સમય ના ખોશો. નહીં તો પછી કૂતરાની પૂંછડી અને માણસની જીભ હાલ્યા જ કરે છે. એ ચૂપ રહેતી જ નથી. એને બદલે એક પણ બિનજરૂરી શબ્દ નહીં, વાતચીત નહીં, આત્મશ્લાઘા નહીં, પરનિન્દા નહીં, બીજાઓ માટેની અત્યંત સસ્તી કુતૂહલતા નહીં. તો જોજો કે એકેક ક્ષણ કરીને પણ કેટલો સમય તમને મળી જાય છે તે. નોકરી કરનારા, વેપારધંધો કરનારા, સૌ કોઈને સમય મળી શકશે. ઇચ્છા હશે તો સમય જરૂર મળશે. પ્રભુ રોજેરોજ તમારા હાથમાં ચોવીસ કલાકના ચોવીસ હીરા તમારા હાથમાં મૂકે છે. હજી તો મોંસૂઝણું થયું નથી ત્યાં પ્રભુ તમારા પાલવમાં, તમારા ખોળામાં ચોવીસ રત્ન ધરી દે છે. એને વ્યર્થ ખોવાનાં નથી. એકેએક પળનો ઉપયોગ કરવાનો છે. જ્યારે પણ નવરાશ મળી, પાંચ મિનિટ, બે મિનિટ, ત્રણ મિનિટ! અરે, આ બે-ત્રણ-પાંચ એ તો તમારી ગણતરી છે ને! સનાતન શાશ્વતીના હિસાબે તો કોઈ બે-પાંચ નથી, ત્યાં તો બસ, શાશ્વતી જ શાશ્વતી છે.

કાળાતીત–સ્થળાતીત હસ્તીને પિછાણો

કોઈ દૂર નદીમાં તરંગ જુએ છે. ક્યાંક નર્મદા, ગંગા, જમના, કૃષ્ણા, કાવેરી, તાપી–ગમે તે નદીને કાંઠે બેઠા છે અને સુંદર ઝળકતાં તરંગો દેખાય છે. પોતાના બાળકોને બતાવવા મુઠ્ઠીમાં એ તરંગ લેવા જાય છે, પરંતુ હાથમાં આવે છે એ તો જળ છે. લેવા ગયા તરંગ, હાથમાં આવ્યું

જળ ! તો તમે મિનિટ, બે મિનિટ ગણવા જાઓ છો, પરંતુ તમારા હાથમાં આવે છે એ તો છે જીવનની અમરતા, શાશ્વતી ! The Eternity contained in the minute, so called moment. 'ક્ષણ' તો તમે બનાવી છે, એ તમારું માપદંડ છે, તમારું કાટલું છે. બાકી જીવન તો માપદંડથી અતીત છે, કલનાતીત છે, ગણનાતીત છે. એટલે 'બે-પાંચ'-ની ચિંતામાં ના પડશો. માનવીય વ્યવહાર માટે આ ઘડિયાળ બાંધવાની છે. અહીં એની જરૂર નથી. લોકોને થાય છે કે દશ દશ કલાક બેસીએ તો જ કાંઈ થાય. એવું નથી હોતું રે ! ઉત્કટતાપૂર્વક જીવાયેલી એક ક્ષણ પણ પૂરતી છે.

અખંડ ક્ષણ કેવી હોય ?

આપણી પાસે સમય છે તો એક ઘટના યાદ આવી ગઈ છે તે કહું. ૧૯૬૦–૬૧નો જમાનો હશે. એ દિવસોમાં આપણા પંડિત જવાહરલાલજીની તબિયત થોડીક નરમ રહ્યા કરતી હતી અને આનંદમયી મા પંડિતજીનાં પત્નીના ગુરુ હતાં, એટલે સ્નેહવશ ઘણીવાર મા પાસે એ જતા-આવતા. મેં તમને જણાવી દીધું છે કે મારે પણ બાળપણથી જ મા સાથે ખૂબ પુરાણો સંબંધ છે. માએ પોતે મને આ કહાની સંભળાવી છે. તો મા જ્યારે દહેરાદૂન હતાં ત્યારે પંડિતજી એકવાર ત્યાં પહોંચ્યા અને કહે, "મા, બરાબર ઊંઘ નથી આવતી. કંઈક ઉપાય દેખાડો." તો માએ કહ્યું, "બાબા, ઉપાય તો થશે પણ પહેલાં એ બતાવો કે ચોવીસ કલાકમાંથી એક અખંડ ક્ષણ મને આપી શકશો ? એ ખંડિત ના જોઈએ. કારણ કે ખંડિત બીજ વાવવાથી અંકુર ન ફૂટે." તો પંડિતજીએ પૂછ્યું, "અખંડ ક્ષણનો શું અર્થ ?" મા બોલી કે, "અખંડ ક્ષણ એટલે એ ક્ષણમાં તું કેવળ

તું જ રહીશ. એ વખતે તું દેશનો વડો પ્રધાન નહીં હોય કે ન તો કોંગ્રેસનો નેતા હોઈશ. તું ઇંદિરાનો પિતા પણ નહીં રહે. તું કેવળ 'તું' જ હશે. તારી બીજી બધી ઉપાધિઓ ઉતારીને બાજુ પર મૂકી દેવી પડશે. એ ક્ષણમાં દેશની, પક્ષની, કુટુંબની કોઈની ચિંતા નહીં કરે. નહીં તો ક્ષણ આપવા જઈશ અને અડધી ક્ષણમાં તો દેશની ચિંતા શરૂ કરી દઈશ તો પેલી ક્ષણ ખંડિત થઈ જશે. મને આવી ખંડિત ક્ષણ ના જોઈએ. અખંડ ક્ષણ જોઈએ અને ચોક્કસ સમયે જોઈએ. પછી ભલે ને રાત્રે બાર વાગે કહે, બે વાગે કહે, દિવસે બે વાગે કહે, જે તને અનુકૂળ આવે તે. પણ મને 'ચોક્કસ સમય' આપજે. રોજ એ જ સમય મને મળવો જોઈએ. રોજની ચોક્કસ એક ક્ષણ!"

પંડિતજી તો હતા પારદર્શક પ્રામાણિકતાવાળા! એમને થયું કે 'અખંડ ક્ષણ' આપવી એ કોઈ એટલી મુશ્કેલ બાબત નથી, એ તો થઈ શકશે, પણ આ 'ચોક્કસ સમય' મારે ક્યાંથી કાઢવો? એમણે કહ્યું કે સમય મારો પોતાનો છે જ નહીં. તો મા બોલી, "નહીં ચાલે એ. એક ક્ષણ તારે કાઢવી પડશે. રાત્રે બાર વાગે, બે વાગે, ત્રણ વાગે, ગમે ત્યારે! મારે એક જ ક્ષણ જોઈએ. વટ-વૃક્ષનું બી તો એક જ હોય છે ને! એ એક બીમાંથી જ અનંત બી પેદા થાય છે. આખો વડલો એમાંથી ઊગે છે! ધરતીના એક કણમાંથી એ મણ બનાવે છે. તું પણ મને એક કણ દેતો જજે રે બાબા! એના અનંત કણ બનાવવા પ્રભુના હાથમાં છે."

પરંતુ પંડિતજીએ કહ્યું, "મા, મારાં આટલાં બધાં કામો વચ્ચે મને જ્યારે યાદ આવશે ત્યારે રાતે, દિવસે,

ગમે ત્યારે હું એક ક્ષણ આપીશ. પણ રોજનો ચોક્કસ સમય તો મા, હું નહીં આપી શકું." તો માએ કહેવું પડ્યું કે, "તો બાબા, ઉપાય નહીં થઈ શકે, ઉપાય નહીં થઈ શકે."

કણના મણ કરનારો બેઠો છે

મને આ પ્રસંગ યાદ આવી ગયો. કારણ કે આપણે સમય મળવા અંગેની વાતો કરતા હતા. આપણા રોજિંદા જીવનવ્યવહારમાં જે બે-પાંચ મિનિટ આપણે ચોક્કસ સમય કાઢી શકીએ તેમ હોઈએ તે કાઢીને શાંતિથી બેસી જવું જોઈએ. આટલું આપણે કરી લઈએ પછી કણના મણ કરવા વસુંધરા સમર્થ છે. તમારી ઉત્કટતા, તમારી વિરહ-યુક્ત વેદનાને પ્રભુ પોતાના હાથમાં સંભાળી લેશે. આપણે પરિણામના કર્તા ના બનીએ, કેવળ કર્મના કર્તા બનીને સંતોષ પામીએ.

આનાથી વિશેષ કંઈ કહેવાનું નથી. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે કે वक्ता नोहे वक्ता श्रोतेन वीण શ્રોતા ન હોય, શ્રવણની તત્પરતા ન હોય તો કોઈ વ્યક્તિની મગદૂર નથી કે એ વક્તા બની શકે. તો તમારી શ્રવણ-તત્પરતાએ મને વક્તા બનાવી. તો તે શ્રવણ માટે તમારા સૌનો આભાર અને હૃદયપૂર્વકની કૃતજ્ઞતા પ્રગટ કરીને વિરમું છું.

[તા. ૫-૨-૮૧, પૂર્ણાહુતિ પ્રવચન]

પુરવણી

[સાધકો સમક્ષ આબૂમાં અપાયેલાં પ્રવચનો]

અધ્યાત્મનું જીવનમૂલ્ય અને વિજ્ઞાનની સંપન્નતાનો સમન્વય સાધી રાષ્ટ્રની આવતી કાલ ઊજળી બનાવવાની વાતો 'અવધૂત પ્રસાદી'માં જોઈ. પરંતુ સમાજનું પિંડ બંધાય છે વ્યક્તિના સત્ત્વથી. દાડમનો દાણે દાણો રસાળ અને પરિપુષ્ટ હશે ત્યારે આખા દાડમની કિંમત અંકાશે. વ્યક્તિના અંતર્પિંડને પરિપુષ્ટ તથા સમૃદ્ધ કરવા માટે શ્રી વિમલાતાઈએ આબૂમાં કાર્યકર્તાઓ સમક્ષ જે પ્રવચનો આપેલાં, તેને આ ઉત્તરાર્ધમાં સમાવી લીધાં છે. આશા છે કે સાધકને આથી રોજ-બરોજના સાધનાપથનું ભાથું મળી રહેશે. —પ્ર૦



૧

સ્વ-કેળવણી અને શુદ્ધિયજ્ઞ

જે વ્યક્તિના ચિત્તમાં, બુદ્ધિમાં એ નિર્ણય થઈ ગયેા હેાય કે હવે બાકીનું મારું જીવન પ્રભુપ્રાપ્તિ માટે છે, નિજરૂપની સિદ્ધિ માટે છે, તેા તે વસ્તુસ્થિતિ પ્રભુની ભારે મેાટી કૃપા તરીકે આલેખાશે. આટલેા નિશ્ચય થઈ ગયેા, એટલું આપણે માની લઈએ તેા ચાલેા હવે શ્રીગણેશ કરીએ. આવેા નિર્ણય કરનારી વ્યક્તિ એાછામાં એાછા નવ મહિના અને વધુમાં વધુ સવા વર્ષ કેાઈ એક સ્થળે સ્થિર થવાનેા સંકલ્પ કરે. સંકલ્પ વગર શરીરમાં બળનેા, શક્તિનેા સંચાર નથી થતેા. શુદ્ધ સંકલ્પ, જેને અંગ્રેજીમાં suggestion, auto-suggestion કહીએ છીએ, જેને નિશ્ચયનેા મહેલ કહીએ છીએ, તેવેા થવેા જોઈએ. આવેા સંકલ્પ લેનાર વ્યક્તિ ક્ષેત્રસંન્યાસ લેશે, પછી પ્રાણ જાય તેા પણ નિર્ણય ફેરવશે નહીં. આધિ આવે, વ્યાધિ આવે,

સંકટ આવે, દુનિયા ડૂબી જાય, ચાહે પ્રલય થાય પણ એ વ્યક્તિ ત્યાંથી નહીં હટે. જેમની સંવેદના તીવ્ર છે, ઉત્કટતા છે, જેમનામાં Passion છે, Intensity છે, ખૂબ શક્તિ છે, સ્ફૂર્તિ છે તે નવ મહિનાનો સંકલ્પ કરે. અને જેમનું આરોગ્ય નબળું છે, મનમાં ઉત્કટતા નથી, મંદતા છે, સંવેદનશીલતા છે પણ શરીર અને મન ધીમાં ચાલે છે, એમાં ગતિ, સ્ફૂર્તિ, ચંચળતા, તરલતા નથી તે સવા વર્ષ-નો સંકલ્પ કરે એવી મારી મૈત્રીભરી સૂચના છે. સમયનો સંકલ્પ અને સ્થળનો સંકલ્પ, બંને થઈ જાય પછી પોતાની આર્થિક વ્યવસ્થા કરી લેવી, જેથી એની ચિંતા ના રહે, એને ખાતર સ્થાન છોડવું ના પડે. એ સ્થળે બે ટંકનું ભોજન અને પહેરવા-ઓઢવાનું સાધન—આટલી વ્યવસ્થા રહેવી જોઈએ. પછી એ બૅન્ક દ્વારા થાય, કુટુંબી-જનો દ્વારા થાય કે મિત્રો દ્વારા થાય. સ્થાન પણ એવું રાખવું જોઈએ, જ્યાંનાં હવાપાણી તમને અનુકૂળ હોય. આવા સ્થળે બેસીને પછી कार्यम् साधयेत् वा देहम् पातयेत् । સિદ્ધાર્થ ગૌતમે સંકલ્પ કર્યો કે આ વૃક્ષ હેઠળથી નહીં હટું, ચાહે દેહ પડે તો ભલે પડે. કાં તો સમાધિ સિદ્ધ થશે અથવા તો દેહ પડશે. સંકલ્પની ભારે પ્રબળ શક્તિ હોય છે. તે ગતિશીલ હોય છે, જેમાંથી શક્તિ, સ્ફૂર્તિ, પ્રેરણા પ્રાપ્ત થાય છે.

સંકલ્પ પછી ઇંદ્રિય-સંવરણ

આટલું થયા બાદ સાધના એટલે કે સ્વ-શિક્ષણનો આરંભ. નદીનું પાણી તમારે ખેતરમાં વાળવું હોય તો નહેર ખોદવી પડે છે, પાણીના પ્રવાહને બદલવો પડે છે. ખોદીને પાણી માટેનું પાત્ર તૈયાર કરવું પડે છે, પછી પાણીને એ

પાત્રમાં વાળો છો. આ જ કામ આપણા જીવનમાં કરવાનું છે. આ શરીરને, હાડમાંસને કેવી રીતે ખોદીશું, એનું પાત્ર કેવી રીતે બનાવીશું, જેથી ચિત્તવૃત્તિની ધારા એ પાત્રમાંથી વહે? આજે તો ઇંદ્રિયો બહાર, વિષયોની તરફ દોડે છે. જન્મ-જન્મનો આ તેમનો સ્વભાવ છે. અનેક યોનીઓમાંથી પસાર થતાં થતાં ઇંદ્રિયોનો આ એક સહજ સ્વભાવ થઈ ગયો છે, એક આદત પડી ગઈ છે, Pattern બની ગઈ છે કે તે બહાર દોડે. હવે એને અંદરની દિશામાં વાળવાની છે. એકદમ તો એ અંદર વળશે જ નહીં, ફરી ફરીને પાછી બહાર જશે. એટલે સંકલ્પ પછીનું બીજું ડગલું થશે—સંવરણનું.

ઇંદ્રિયોને પહેલાં અંતર્મુખ કરો

સંવરણ એટલે સમેટવું. હજી અંદર નથી લઈ જઈ રહ્યા. હજી તો બહાર જ સમેટી રહ્યા છીએ. જે કોઈ કારણોસર ઇંદ્રિયો બહાર જાય છે તે કારણોને, પ્રયોજનોને, પરિસ્થિતિઓને સમેટી લેવાની છે. તે કેવી રીતે સમેટીશું? આ સ્થળેથી હું ચળીશ નહીં—આ થયું ગતિનું સંવરણ. મન તરફડે છે—અહીં ને ત્યાં જવા, ભટકવા, પણ હવે એને ખબર પડે છે કે સાલ, સવા સાલ હવે આ શરીર બીજે ક્યાંય જવાનું નથી. દુનિયા ડૂબે કે તરે, જે થવાનું હોય તે થાય, પણ હવે આ શરીર અહીંથી નહીં હઠે. એટલે ગતિના સ્થાનની સાથે જે સંબંધ છે, તેનું સંવરણ થઈ ગયું. પછી શરીર એક સ્થળે હોવા છતાં માણસ દુનિયાભર ઘૂમતો રહે તે જુદી વાત. બાકી જે સ્થળે બેઠો, જે ઘરમાં રહ્યો ત્યાંથી અનિવાર્ય સંજોગો સિવાય ઘરબહાર પણ નહીં નીકળું, તેવું થવું જોઈએ. બે દિવસ શાકભાજી ચાલી શકે

તેમ હોય તો બે દિવસના સાથે લાવી રખાય, અનાજ-તેલ-ખાંડ વગેરે મહિનાદહાડાના લાવી શકાય. રોજેરોજ ખરીદી માટે બજારમાં જવું પડે, તેવું ના રખાય. કારણ કે બજારમાં જશો, કોઈક સામે મળશે, તેની સાથે બે વાતો થશે, કોઈ વ્યક્તિનો વ્યવહાર જોશો, તમારા ચિત્તમાં તેની પ્રતિક્રિયા ઊઠશે, નજરમાં સારું-નરસું દેખાશે અને પછી વાણી સંસારી વાતોએ ચઢી જશે. બહાર જવાનાં પ્રયોજનો ઓછામાં ઓછાં કરી નાંખી આ બધા અનર્થોને ટાળી શકાશે. અનિવાર્યપણે જ બહાર નીકળવાનું. મન બહેલાવવા બહાર નીકળી પડ્યા, ટેવને વશ થઈ બહાર નીકળી પડ્યા તેવું ના થવું જોઈએ. અહીં તમારો કોઈ ગુરુ નથી બેઠો, જે ચોવીસે કલાક તમારું ધ્યાન રાખીને ટોક્યા કરશે કે અત્યારે બહાર જવાની કશી જ જરૂર નથી. એવું કોઈ ટોકનારું હશે તો પણ તે નહીં ગમે. નાનાં બાળકો શીખવા માટે જલદી તૈયાર થઈ જાય છે, પણ અહંકારને લીધે મોટાને શીખવું અઘરું પડે છે. માણસ પોતે જેટલું શીખવા તૈયાર હોય તેટલું જ તે ગ્રહણ કરી શકે. દિવસમાં દશ વાર એનો અહંકાર ઘવાતો રહે તો શીખવાનું એનું બાજુ પર રહી જશે. પછી એને એના નસીબ પર છોડી દેવો પડે છે. એના વર્તનને અયોગ્ય કહીશું તો તે એને યોગ્ય ઠેરવવા મથશે, તે વાદ-વિવાદમાં ઊતરશે, 'મારો આવો હેતુ નહોતો' તેવી દલીલ કરશે. અનેક પ્રકારના મનોવૈજ્ઞાનિક પ્રતિકારો ઊભા થાય છે, કારણ કે વયસ્ક માણસોના અહંકાર પણ જોરદાર હોય છે. એમનો અહંકાર એટલો પરિપુષ્ટ હોય છે કે વકીલ બનીને એ બહાનાં–બચાવો કરવા બેસી જાય છે. એ પોતે શીખતો નથી, શીખવાનું એ ટાળે છે, શીખવાનું નાટક કરે છે. શીખવા માટેની નમ્રતા મોટી ઉંમરે મહામુશ્કેલીએ

આવે છે. હવે વારંવાર ટોકી ટોકીને, દબાણ લાવીને કોઈ ગુરુ શિખવાડવા જશે તો એક પ્રકારનું Suppression, Repression આવી જશે. એટલે પછી સ્વતંત્રતા આપવી પડે છે, સમજાવવું પડે છે. એક વાર, બે વાર, ત્રણ વાર... પરંતુ મનાવવું, પટાવવું, લાડ કરવા, વ્હાલ કરવું કે શિક્ષા કરવી — આ બધું મોટા સાથે કરવું મુશ્કેલ પડે છે. આ બધું સહન કરવાની તિતિક્ષા બહુ ઓછા લોકોમાં હોય છે. એટલે તમે જ તમારા ગુરુ અને તમે જ તમારા ચેલા— આ ભૂમિકા અપનાવવી પડશે.

અનિવાર્યપણે વ્યવહારો ઊભા કરવા

ફરવા માટે બહાર જવું હોય તો એક કલાક જરૂર ફરી અવાય. પણ તે વખતે મૌન રાખીને બહાર જવું, જેથી રસ્તે કોઈ મળી જાય તો સંસારી વાતો ના થાય. બીજા લોકોની નિંદા, ટીકા-ટિપ્પણી, અફવાઓ સાંભળવી, ગપ્પાં-બાજી આ બધું નિરર્થક જ નહીં, અનર્થકારી છે. આ બધું ચિત્તને દૂષિત કરે છે, માટે બહાર નીકળીશ તો પણ મૌન-પૂર્વક. ચિઠ્ઠી લખી રાખીશ કે 'મારે મૌન છે.' દુકાનદાર સાથે 'આટલું શાક આપ' કે 'આટલી ખાંડ આપ' જેટલું બોલીને ખરીદી કરી લેવાની. અનિવાર્ય હોય તેટલું જ બહાર નીકળવાનું થશે તો ગતિનો સંક્ષેપ થઈ જશે. એ જ રીતે વાણીનો પણ સંક્ષેપ થશે, સંવરણ થશે.

વાણી-વ્યવહાર પણ ના છૂટકે જ

વાણી પણ ભારે મોટો અનર્થ કરી શકે છે. તે અશુભ-કારી બની શકે છે. એટલે કોઈ ખૂબ જરૂરી કામ હશે તો જ બોલીશ, અથવા તો આત્મા-પરમાત્માની, પ્રભુની વાતો કહેવી હશે તો વાણી બોલીશ, બાકી આ સાલ-સવા સાલ

મારા મોંએથી આલતુફાલતુ વાતો નહીં નીકળે. સત્સંગ-માં જ્ઞાનચર્ચા જરૂર થઈ શકે. પણ અધ્યાત્મ-ચર્ચાનો અર્થ એ નથી કે મૌનમાં થયેલા અનુભવોની ચર્ચા કર્યા કરવી. મૌનમાં બેસવાનું થાય છે ત્યારે શરીર સાથે કાંઈક ઘટિત થાય છે, ઘટના સર્જાય છે. ક્યારેક પ્રકાશ દેખાય છે તો ક્યારેક શરીર કાંપવા લાગે છે. પણ જે કાંઈ અનુભવો થાય તે નોંધી રાખવા. સાધનામાં અવનવું થયા કરે. ક્યારેક ઊંઘ ઘટી જાય, ક્યારેક ભૂખ ઘટી જાય. આનું વૈજ્ઞાનિક અધ્યયન કરી બધું લખી રાખવું, પરંતુ એકબીજા સાથે એની ચર્ચામાં ના ઊતરવું, કારણ કે મનને આવું બધું ગમે છે. Mind takes pleasures in she experiences that occured as soon as you begin your self-education. તો વાણી બીજો સંકલ્પ આ પણ કરશે કે સાધનાને કારણે જે કાંઈ અનુભૂતિઓ થશે તેની ન તો જાહેરાત કરીશ, ન તો એની ચર્ચા ચલાવીશ. જે કાંઇ થશે તે થશે નવ મહિના પછી. હમણાં કશું જ નહીં. નહીંતર પછી આ સત્સંગીઓ ભેળા થઈને 'આજે રાત્રે આમ થયું, આવું દેખાયું...' વગેરે વગેરે વાતો કર્યા કરે છે. અરે, થાય એવું ! સૌને થાય. તેથી શું ?... માટે વાણીનું સંવરણ કરવું પડશે. મૌનની વાત કહીશ તો વળી ચિત્ત પર બોજો પડશે ! 'મૌન' શબ્દના ભાર હેઠળ દબાઈ જશો. માટે છોડો એ વાત. બોલો, પણ અનિવાર્ય હોય તેટલું જ બોલો !

વ્યર્થ વાણી સાંભળવી તે પણ વાણીદોષ

અહીં તમારી વિવેકશક્તિ, નિર્ણયશક્તિની ચકાસણી થશે. જો આત્મવંચના કરશો, તમારી જાતને ઠગશો અને જરૂર નહીં હોય તો પણ બોલશો તો નસીબ તમારાં !

વયસ્કો માટે તો સૂચનો, નિર્દેશો જ હોય ને! હુકમો કે આજ્ઞા તો ના થઈ શકે ને! એટલે વાણીને સમેટવી પડશે. વાણીના સંવરણમાં એક વાત એ પણ સમાઈ જાય છે કે બીજા લોકો આવે અને વગર કારણે કાંઈ બોલ્યા કરે તે સાંભળતાં ના રહેવું જોઈએ. વેરઝેર, અદેખાઈ, નિંદા–ટીકા વગેરે ફાલતુ વાતો સાંભળવામાં પણ સમય ના જવો જોઈએ. પરંતુ માણસોને અમથા અમથા પણ જીભ હલાવ્યે રાખવાની કુટેવ હોય છે. કશો પણ હેતુ ના હોય અને છતાંય બોલ્યે રાખવું. પરંતુ નકામી વાતો સાંભળવાથી પણ સાધનામાં વિક્ષેપ થશે, એક પ્રત્યવાય થશે.

આજે આપણે શ્રીગણેશ લખવાના છે ને? તો મન બહાર ન જાય તે માટે આ બધું ખોદાણ કરવાનું છે. અંદર પાણી વાળવા માટેનું ખોદાણ તો જુદું. આ તો મનને બહાર જતું રોકવા એનાં પ્રયોજનોને હઠાવી લીધાં. હજી મનને રોકવાનું તો બાકી છે. બહાર જતી ગતિ અટકી ગઇ, વાણી બંધ થઈ ગઈ. હવે વારો છે આહારનો.

आहारशुद्धि-सत्त्वशुद्धि

આપણા શરીરને માફક આવે તેવો આહાર અનુભવના આધારે સાત દિવસમાં નક્કી કરી લેવો જોઈએ. ચૈત્ર-વૈશાખ-જેઠ પિત્તને વધારનારા મહિના છે. તો તેમાં પિત્ત વધે નહીં તેવું ભોજન લેવું પડશે. અષાઢ-શ્રાવણ-ભાદરવો એ વાયુપ્રકોપના મહિના છે. તો વાયુ વધે નહીં તેટલો અને તેવો ખોરાક લેવો પડશે. કારતક-માગશર-પોષ એ રસપૂર્વક આહાર કરવાના મહિના છે. હવાપાણી અનુકૂળ હોય છે, શરદઋતુનું નિરભ્ર આકાશ હોય છે, જળપ્રવાહ શુદ્ધ હોય છે. તો અનુકૂળ આહાર, રસપૂર્ણ ભોજન લો, તેથી નુકસાન નહીં

થાય. સ્નિગ્ધ, સુપાચ્ય એવા જેટલા ષડ્રસ ખાવા હોય, ખાઈ લ્યો. કારતક-માગશર-પોષ, મહા સુધી ચાલ્યું જશે. ફાગણમાં સાવધાન થઈ જવું પડશે અને ઉંમર તથા આરોગ્ય જોઈને ઋતુ અનુસાર આહાર ગોઠવવો પડશે. દિવસમાં ત્રણ વાર માફક આવે તો ત્રણ વાર લ્યો, એક વાર માફક આવે તો તેમ કરો. પરંતુ કોઈના કહેવાથી નક્કી કર્યા કરતાં વધારે વાર લેશો તો. તે વિક્ષેપ થઈ જશે, કારણ કે ચિત્તને તમે એટલું ઢીલું છોડી દીધું. અરે, તંબૂરાના તાર ઢીલા છોડી દેશો અને વળી કહેશો કે તેમાંથી સંગીત નીપજવું જોઈએ તો તે કેવી રીતે થાય ? શરીરની ઇંદ્રિયોને ઢીલી છોડી દેશો તો જીવનનું સંગીત નહીં નીપજે. એટલે આહાર કયો, કેટલો લેવો વગેરે નક્કી કરો. તમારે પોતે જ તે નક્કી કરવાનું છે. ત્રણેય ટાણાંનો સમય પણ નક્કી કરી નાખવો. ‘ ત્રણ વાર ખાય તે ભોગી અને એકવાર ખાય તે તપસ્વી ’ એવું કાંઈ નથી. પરંતુ આહાર શુદ્ધ અને ચોક્કસ સમયે લેવાય તે જરૂરી હોય છે. એથી આહારનું બહાનું શોધીને મન ભટકશે નહીં. ગાંધીજીએ ભોજનમાં પાંચ જ વસ્તુ લેવાનો નિર્ણય કરેલો. મન કલ્પનાના ઘોડા દોડાવી આમતેમ ઘૂમ્યા—નાચ્યા કરે છે, તેને સ્થિર કરવા માટેનો આ એક વિધાયક ઉપાય છે. દેખાય છે નિષેધક, પણ છે વિધાયક.

નિદ્રા પણ માપસર લો

જેવું આહારનું તેવું જ નિદ્રાનું. દિવસ અને રાત બધું મળીને આઠ કલાક કરતાં વધારે ઊંઘ ના લેવી જોઈએ અને ચાર કલાકથી ઓછી ના થવી જોઈએ. ચાર કલાકથી ઓછી ઊંઘ લેવાશે તો શરીરમાં વિકૃતિ પેદા થશે અને આઠ કલાકથી વધારે ઊંઘ લેવાશે તો આળસ અને જડતા

પેદા થશે. તો આઠ અને ચાર એ બેની વચ્ચે શારીરિક આનુવંશિક ગુણદોષ જોઈ નક્કી કરી લેવાનું રહેશે. રાત્રે સાત કલાક તો દિવસે એક કલાક, રાત્રે છ કલાક તો દિવસે અડધો કલાક. જેમ માફક આવે તેમ. આમ કરવાથી સ્વાધીનતા વધશે. આહારની જેમ આમાં પણ કોઈકની ઊંઘ વધારે હોય તો તે ભોગી કે દોષિત અને કોઈકની ઊંઘ ઓછી હોય તો તે ભારે મોટો તપસ્વી, તેવું નથી. જાતિ-પ્રદેશ મુજબ પણ શરીરમાં ગુણદોષ આવતા હોય છે. વિનોબાજી આજકાલ છ—સવા છ વાગે સૂઈ જાય છે, જ્યારે કૃષ્ણમૂર્તિજી રાતના દશથી સવારના પાંચ સુધી પોતાના શયન-ગૃહમાં હશે. પાંચ વાગ્યા પછી તેમને કોઈ પથારીમાં નહીં જુએ. અઢી વાગ્યા પછી વિનોબાને કોઈ ઊંઘેલા નહીં જુએ. વેદની ઋચા બોલતા હશે કે મહારાષ્ટ્રના સંતોની ઓવીઓ બોલતા હશે. કાંઈક ને કાંઈક ચાલતું હશે. તો આ પ્રમાણે આહાર નિશ્ચિત, નિદ્રા નિશ્ચિત, વિહાર નિશ્ચિત. ગતિ અને વાણીનાં બહાર જવાનાં પ્રયોજનો સમેટાઈ ગયાં. જોયું ને, આ બધું ખોદવાનું કામ છે! વાણી બહાર જવાનું બંધ કરશે, પછી એને અંદર આવવાનું મન થશે, કારણ કે કોઈ પણ ઊર્જા શાંત પડી રહી ના શકે. એને ગતિ જોઈએ. એટલે હવે એની અંદરની ગતિ, અંદરની દિશા, અંદરનું વહેણ સંકલ્પપૂર્વક નક્કી કરવું પડશે. એ કેવી રીતે કરશો?

ત્રિપંથી સાધના—ભક્તિ, તપ અને અવધાન

એ માટે તમારું વલણ જોવું પડશે. પ્રભુને વ્યક્તિ માનીને આરાધના કરવી હશે તો તેનો પ્રકાર જુદો હશે. ગાડા પર બેસીએ, એ રીતે ઘોડેસવારી ના થઈ શકે. ઘોડા ઉપર બેસનારના શરીરની પૂરી ગતિ જુદા પ્રકારની હશે.

એ જ રીતે હાથી, ઊંટ, મોટર વગેરેની ગતિ અલગ અલગ હશે. વાહન મુજબની હલનચલન હશે. એટલે ભક્તિનો રસ્તો પકડો છો કે તપનો રસ્તો પકડો છો, શુદ્ધિકરણનો પકડો છો કે અવધાનનો પકડો છો, તે નક્કી કરવું પડશે. Whether you take the path of awareness or the path and process of purification, or you take the path of devotion and dedication, it is up to you. પાંચ દશ ડગલાં આ રસ્તે અને દશ-બાર ડગલાં પેલા રસ્તે—એવું નહી થાય. ચાર રસ્તા પર એકી સાથે ચાલવા જશો તો ક્યાંય પહોંચી નહીં શકો. જો તમારે આ જ જનમમાં, આ જ ભવે પ્રભુપ્રાપ્તિના ક્ષેત્રમાં પહોંચવું છે, નિજરૂપનો સાક્ષાત્કાર પામવો છે તો ભાઈ! કોઈ એક માર્ગ પકડો. બધા મારગ સારા છે. દરેક પંથે સૌંદર્ય પડેલું છે, આનંદ છે. દરેકમાં નિરનિરાળી ઘટનાઓ સર્જાશે. ભક્તિની મસ્તી નિરાળી તો તપની ખુમારી નિરાળી! અવધાનનું ઐશ્વર્ય વળી તેથીય નિરાળું! આ પણ જોઈએ, તે પણ જોઈએ તેવા લાલચુ ના બનશો. તમારા સંસ્કારોને કયું અનુકૂળ છે, તે મુજબ નક્કી કરી લેશો. દિશા નક્કી થશે પછી ચાલ નક્કી થશે.

મનગમતું રૂપ નજર સમક્ષ રાખો

કોઈને 'દત્ત' નામ વ્હાલું હશે તો તેને કહીશું કે ઠીક ભાઈ, તારી પાસે દત્તની છબી હોય તો તે તું રાખ. જ્યારે કશું કામ ના હોય ત્યારે તે છબી સામે બેસ, તેમનું નામ જપ. દિશા નક્કી થઈ કે ચાલનું સ્વરૂપ નક્કી થવા માંડયું, તે જોયું ને! કોઈને કૃષ્ણસ્વરૂપ ગમે છે, તો કોઈને શિવસ્વરૂપ! ભક્તિ કરવી છે તો મનને ભાવે તેવું

સ્વરૂપ સામે રાખો, તેથી કશો ફરક પડતો નથી. પરમાત્મા માટે તો બધાં રૂપ એકસરખાં છે. પરમાત્મા કમંડળધારી દત્ત પણ છે, બંસીધર કૃષ્ણ પણ છે અને શંકર પણ છે. એ છે તો સર્વ કાંઈ છે અને નથી તો કશું જ નથી. ફકત આકાશનું ચિત્ર બનાવીને ગોઠવી દેશો તો પણ તે પરમાત્માની વિભૂતિ છે અને કોઈ રૂપ બનાવીને સામે ધરશો તો તે પણ તે જ છે. એના સિવાય બીજું કશું આ દુનિયામાં છે જ નહીં; હં ભાઈ! ખરેખર બીજું કશું છે નહીં. જે કાંઈ છે તે બધું એ જ છે, એ જ છે! એટલે ગમે તે સ્વરૂપે એને ભજો. કામ કરતાં કરતાં થોડો પોરો ખાવો છે અથવા તો મન થોડું અકળાઈ ગયું છે, મૂંઝાઈ ગયું છે તો પહોંચી ગયા એની પાસે. કારણ કે તમારી એ છબી તમારી મંઝિલ બની છે, તમારી સાથી બની છે. એનું નામ રટશો, એના વિચારો વાંચશો, એનાં ભજનો ગાશો. એ છબી જો રામકૃષ્ણ પરમહંસની હશે તો એનું અધ્યયન થશે. એ રમણ મહર્ષિની હશે તો તેમનું અધ્યયન ચાલશે. પછી નવ મહિના સુધી નિરાકાર ભક્તિનું સ્વરૂપ રહેશે. રામકૃષ્ણનું સ્વરૂપ લીધું હશે તો માતૃભકિતનો પંથ રહેશે. સગુણ ભક્તિનો રસ્તો પકડચો તો તમારી સાધનાનું સ્વરૂપ એક પ્રકારનું રહેશે. આને જ હું 'ચાલ' કહું છું.

સાધનાને સમયની કેદમાં ના પૂરશો

સાધનાનું આ સ્વરૂપ આપોઆપ નક્કી થાય છે. હવે આ સાધના કેટલો વખત કરવી એમ કોઈ પૂછે તો એને શું કહેવું? અરે! સમયનું શું પૂછો છો? જિન્દગી લૂંટાવવા બેઠા છો, આ જ જન્મમાં પ્રભુ મેળવવા છે, આત્મસ્વરૂપ

પામવા એને સાથીદાર બનાવ્યો છે, પછી સમયનું શું પૂછવાનું? બધો સમય એનો જ છે. એના સમયમાંથી કાંઈક સમય ચોરીને ખાવા-પીવાનું ગોઠવી લો, જરૂરી કામો માટે દશ-બાર કલાક જોઈએ તો તે કાઢી લો. એટલે બચે તે સમય સાધનાને એવું નહીં, પણ સાધનામાંથી સમય બચાવીને આમાં આપવો પડશે. જુઓ, Emphasis—મહત્ત્વ બદલાઈ ગયું ને? આશાવરીમાં કોમળ રિષભ ગાઓ છો કે શુદ્ધ રિષભ ગાઓ છો તે પરથી રાગનું સ્વરૂપ બદલાઈ જાય છે, એનું વ્યક્તિત્વ બદલાઈ જાય છે, એમાંથી જાગનારી ભાવનાઓ બદલાઈ જાય છે. એ જ પંચમ, એ જ નિષાદ, એ જ ધૈવત, એ જ રિષભ પણ તમે તીવ્ર કરો છો કે કોમળ તે પર રાગ બદલાય છે, એનાં પરિણામ બદલાય છે. એટલે તમારી પાસે જે કાંઈ સમય છે તે બધો સાધનાનો સમય છે. એમાંથી શરીર માટે જે અનિવાર્ય હોય તે શરીર માટે કાઢો. રાગ બદલાઈ ગયો ને? શરીર માટે જેટલો જોઈએ તેટલો રાખી સાધના માટે સમય કાઢો તો રાગ બદલાઈ જશે. એક થશે સંસારી રાગ અને બીજો થશે સાધના-રાગ. જેવો રાગ હશે તેવી જીવન પર અસર થશે. તમારા દિવસભરના વ્યવહારોમાં, સંબંધોમાં એ રાગ વાગશે, એના સ્વર ઊઠશે ત્યારે તે મુજબનું જીવનનું સંગીત વાગશે. Every relationship is a note of music, Whatever you press in your reactions composes the music of your life.

બીજો પંથ શુદ્ધિકરણનો

પરમાત્મા એક શક્તિ છે, એક Energy છે, એટલો જો આપના મનમાં નિશ્ચય થઈ ગયો હોય તો તમારો

પંથ બદલાશે. એ પંથ હશે શુદ્ધિકરણનો. એ શુદ્ધિકરણ કેવી રીતે કરવું તેના અંગે પણ વિચારવું પડશે. પણ તે હવે કાલે. પ્રભાતના સમયે તમારા સૌ સાથે ગોઠડી કરવાનું ખૂબ ગમે છે, તમને થકવી દેવાનું મન થાય છે! નમસ્કાર સૌને!

[તા. ૧૯-૪-૮૧, માઉન્ટ આબૂ]

૨

શુદ્ધિકરણનો તપોમાર્ગ

પ્રવચનને વ્યક્તિ-સાપેક્ષ સંવાદ કહે છે. વિષયને પ્રતિપાદિત કરવા માટે પ્રવચન નથી હોતાં. સામે બેઠેલી વ્યક્તિઓને મદદરૂપ થવાય, તેટલો જ વિષય રાખવામાં આવે છે. પ્રવચનના બે પ્રકાર છે. એક, વ્યક્તિ-નિરપેક્ષ વિષયનું પ્રતિપાદન. તેમાં કોઈ સમજે, ના સમજે, વિષયને આદ્ય-ઉપાંગ, સાંગોપાંગ મૂકી દેવાનો હોય છે. બીજો, વ્યક્તિ જ્યાં ઊભી છે, ત્યાં એને મદદ પહોંચાડી શકાય એટલો જ વિષય રાખવાનો હોય છે. વિષયનું સાંગોપાંગ નિરૂપણ કરવાનું હોય, વિશ્લેષણ, સમીક્ષા કરવાની હોય તો તેને સમજવા માટે શ્રોતાની પૂર્વતૈયારી હોવી જોઈએ, અધ્યયનની તથા ચિંતનની તૈયારી હોવી જોઈએ. એ જો ના હોય તો એવા પ્રવચનનો ઉપયોગ નથી થતો. જેમ કે અહીં કહેવામાં આવ્યું કે પરમાત્મા છે એવી શ્રદ્ધા હૃદયમાં

જાગૃત થઈ ગઈ તો પછી એ પરમાત્માને પોતપોતાના સંસ્કારોને તથા પ્રકૃતિને અનુરૂપ કોઈ પણ રૂપે અપનાવો. જો પરમાત્માને વ્યક્તિરૂપે અપનાવવો હોય તો એને શિવ કે પાર્વતી અથવા રાધા કે માધવ અથવા રામના રૂપે સ્વીકારો. કેટલાં નામ લેવાં ? દત્ત, આદિનાથ, ઋષભદેવ, ભગવાન મહાવીર, શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર, રામકૃષ્ણ, રમણ, કૃષ્ણ-મૂર્તિ—ખબર નહીં કેટલાં નામ લઉં ! પણ ' જે રૂપે પ્રભુને ગ્રહણ કરવો હોય તે રૂપે ગ્રહણ કરો ' આમ કહેવું એ ભારે મોટી જવાબદારીનું કામ છે. આ કોઈ વિષયનું પ્રતિ-પાદન નથી. આ તો તમારી જરૂરિયાતનો જે ખ્યાલ આવી ગયો છે તેને ધ્યાનમાં રાખીને કહેવાઈ રહ્યું છે કે ભાઈ, આ પણ સાધનાની એક યુક્તિ છે, અહંકાર-મુક્ત થવાની એક યુક્તિ માત્ર, બીજું કશું નહીં. સાધનામાં કશું નવું મેળવવાનું નથી. જે તમારી ભીતર સહેજે હાજરાહજૂર છે, સહજ સિદ્ધ છે, અનાદિરૂપે જે સ્વયંભૂ સ્વરૂપ છે તેને જાણવાનું છે. જાણીને પછી તેમાં જીવવાનું છે. પરંતુ એ રીતે જીવાતું નથી. જીવાય છે દેહમાં. આત્મામાં જીવાતું નથી. એટલે દેહભાવથી, અહંભાવથી મુક્ત થવા માટેની આ સાધના છે. કશી પ્રાપ્તિ માટેની આ સાધના નથી. મારું જે મૂળ નિવેદન છે જે તમે દસ-પંદર કે બે-ચાર વર્ષોથી જાણતા હો તેના વિરોધમાં આ બધું નથી કહી રહી. પરંતુ જે કાંઈ કહું, તેનાથી તમારું કામ સધાય નહીં અને સો વર્ષ સુધી હું એકની એક વાત કહેતી રહું અને છતાંય તમારું કામ પાર ના પડે તો એનો શું અર્થ ? એટલે તમે જ્યાં ઊભા છો ત્યાં નીચે આવી જઉં છું. કલાકેક માટે આવું છું તે પેલી શિવકુટી (આબૂ)થી નીચે ઊતરવાની વાત નથી, અંદરથી બહાર

આવું છું, જ્યાં તમે ઊભા છો. આ રસ્તે ચાલવું છે? ભલે, તો આ રસ્તે ચાલો.

આત્મસ્વરૂપમાં જીવવું તે જ સાધના

તો મુખ્ય વાત આ છે કે સાધના અહંમુક્તિની યુક્તિ છે, પ્રાપ્તિની યુક્તિ નથી. પ્રભુપ્રાપ્તિ, આત્મપ્રાપ્તિ એ તો બધી કાવ્યમય ભાષા છે, રૂપકાત્મક ભાષા છે. જે તમે સ્વયં છો તેને પ્રાપ્ત કરવાનું નથી, તેને જાણવાનું છે. જે કાંઈ છે તેને જાણવું, ઓળખવું, ઓળખ્યા પછી તેની સાથે સંબંધ બાંધવો, તેમાં જીવવું, તદ્રૂપ થઈને જીવવું— આ બધી ક્રીડા છે. કેવળ મનુષ્ય દેહમાં જ ભક્તિની, આત્મ-રતિની આ ક્રીડા, તપની લીલા થઈ શકે છે. એટલા માટે તો કહેવાયું છે કે "શુભ દેહ માનવનો મળ્યો." આ દેહ શુભ છે. પોતાની ઇચ્છા મુજબ, પોતાના સંકલ્પો પ્રમાણે, પેલી જે પરમાત્મસ્વરૂપ સત્તા છે તેની સાથે રમી શકો છો, તેની સાથે ક્રીડા કરી શકો છો. એને વ્યક્તિરૂપે ગ્રહણ કરીને ભક્તિ કરવી હોય, પ્રેમનો રસ્તો અપનાવી ભાવનાઓ લૂંટાવવી હોય તો કહ્યા મુજબ છબિ રાખો, મૂર્તિ રાખો, તીર્થસ્થાનોમાં જાઓ. આ દેશમાં તો તીર્થધામોની કેટલી સગવડ છે! શિવજીનાં તીર્થધામ અલગ, કૃષ્ણનાં અલગ, રામનાં અલગ, દેવીનાં અલગ! જેવી રીતે રસોઈમાં ભાતભાતની વાનગી બનાવીને જમીએ છીએ તેમ આ દેશમાં રસિક પૂર્વજોએ જાતજાતનાં તીર્થ-ધામો ઊભાં કર્યાં છે. દરેક જણ પોતપોતાનાં પ્રિય સ્થાન પર જઈ શકે. મનુષ્ય અવતારના મહાન પુરુષોનાં ધામ પર જવું હોય તો રામકૃષ્ણ રહેતા હતા ત્યાં કામારપુર કે દક્ષિણેશ્વર જઈ શકાય, રમણ મહર્ષિના તિરુવરમલ્લૈ કે

અરુણાચલમ્ જઈ શકાય. યાત્રા દરમ્યાન સહયાત્રી સાથે સત્સંગ થઈ શકે. તો ભક્તિના અનેક પ્રકાર છે, જે અપનાવી શકાય. આમાં કર્મ પ્રધાન છે. જપ કરશો તો તે કર્મ છે. પૂજા-અર્ચના કરશો તો તે કર્મ છે. જે-તે પંથના અધિકારી સંત સાથે સમાગમ કરશો તો તે કર્મ છે. ગ્રંથ વાંચશો તો તે કર્મ છે. ચિત્તશુદ્ધિ માટેનાં આ બધાં કર્મો હશે. પ્રભુની બનાવેલી આ બધી દુનિયા છે એમ સમજીને સૌની સેવામાં લાગી જશો, તો તે ચિત્તશુદ્ધિ છે. કયું ચિત્ત શુદ્ધ છે? જેમાં વૃત્તિ ના ઊઠે, વિકાર ના ઊઠે, જે નિસ્પંદ જલાશય જેવું છે, નિરભ્ર આકાશ સમું છે તે ચિત્ત શુદ્ધ છે. ચિત્તને આવું બનાવવા માટે પ્રેમ, ભક્તિ અને ભાવનાનો સહારો લઈ કોઈ મૂર્તિ–વ્યક્તિમાં આરોપણ કરી શકાય. પરમાત્માનું આરોપણ કરો તો તે સ્વીકારે છે. જે કોઈનો અધ્યાસ કરો, પ્રભુ તે સ્વીકારી લે છે. નિરાકાર કહો તો નિરાકાર, સાકાર કહો તો સાકાર, સગુણ-નિર્ગુણ, જે તમને જોઈએ તે. તમે જે કાંઈ કહો તે હું છું. પેલું પણ હું છું અને આ પણ હું છું. આવો છે ભગવાન! છેવટે આ આધાર છે. આધાર પંગુ બનવા માટે લેવાનો નથી હોતો. બાળક ચાલવા માંડે છે પછી ચાલણગાડી છોડી દે છે.

આધાર સ્વાવલંબી બનવા માટે છે

નિરહંકાર થવા માટે, સર્વવ્યાપી સત્તા જે સર્વત્ર છે, સર્વદા છે તેને આપણી ઇંદ્રિયોમાં સ્થિર કરવા માટે જે આધાર જરૂરી લાગ્યો તેને શ્રદ્ધાપૂર્વક, પ્રેમપૂર્વક સ્વીકાર્યો, તેનો ઉપયોગ પણ કર્યો. પછી આધારની જરૂર ના રહી તો આધાર એની મેળે આપોઆપ છૂટી જાય છે. એને છોડવો પડતો નથી. છૂટી ગયો તો છૂટી ગયો, એની ચિંતા

કરવાની નથી હોતી. આધાર લેવો પડ્યો એની પણ શરમ રાખવાની જરૂર નથી. આમ, મુક્તતાપૂર્વક જીવવાનું છે, નહીંતર અધ્યાત્મ-સાધના પણ એક બોજો બની જશે. જે વાત આપણા વશની વાત નથી, તેને પકડવી નહીં. આકાશનો ચંદ્ર હાથમાં લેવો હોય તો હાથમાં દર્પણ પકડીને તેમાં ચંદ્રને જોવો પડે છે. પરંતુ તેથી હાથમાં પ્રતિબિંબ આવે છે, બિંબ નથી આવતું. બુદ્ધિમાં, વિચારોમાં, શબ્દોમાં આપણે આત્માને જોવા પ્રયત્ન કરીએ છીએ ત્યારે મારા ભાઈ! હાથમાં પ્રતિબિંબ આવે છે, બિંબ નહીં. બિંબ તો તમારી ઇંદ્રિયોથી પર છે; એ તમારી ભાષાથી પર છે, વિચારોથી પર છે. એ આ બધાની પકડમાં ના આવી શકે. તમારી પકડમાં જે 'isness,' જે સત્તા આવી તે તો પડછાયો છે, પ્રતિબિંબ છે. પરંતુ 'મારા માટે આ પ્રતિબિંબ પણ ઉપયોગી છે' તેમ કહેવામાં શરમાવું ના જોઈએ. જરૂરી છે તો લઈ લો. પણ છેવટે તે આધાર છે. શું આધારને જિન્દગી આખી પકડી રાખશો? એનો અર્થ એ છે કે આરોહણ કરવા નથી માંગતા. નબળાઈ છે, પગ લડથડે છે તો હાથમાં લાકડી પકડી લેશો. પરંતુ ટેકો લેવાનો છે તે પંગુ બનવા માટે નહીં, અપંગતા છોડવા માટે. આટલી વાત સમજાય છે?

તપ દ્વારા શુદ્ધિ

તો આ વાત થઈ ભક્તિમય માર્ગની. હવે તપોમય માર્ગ, જે શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયાનો કર્મપ્રધાન માર્ગ છે. હવે એમ ના કહેશો કે શું અમે ભક્તિ કરીશું તો શુદ્ધિ નહીં થાય? શુદ્ધિ જરૂર થશે. પરંતુ ત્યાં પ્રેમ, સેવા, ભજન-કીર્તન, પૂજન-અર્ચન દ્વારા શુદ્ધિ થશે. અહીં શુદ્ધિકરણમાંથી

ભક્તિ, જ્ઞાન, અવધાન થશે. સાધનાના પ્રારંભ જ જુદા જુદા હોય છે. છેવટે તો સૌ એક છે, કારણ કે સત્ય એક છે. કોઈ પણ વાટે ચાલો, છેવટે પહોંચશો એક જ મુકામે. કારણ કે સત્ય બે નથી. પરમાત્મા બે નથી. પછી રામ કહો, રહીમ કહો કે અલ્લાહ કહો કે પછી કૃષ્ણ કહો. જ્યાં ઊભા છો તે સ્થાન જુદાં જુદાં છે. જે દેહમાં આજે તમે છો, તેના સંસ્કાર સૌના જુદા જુદા છે એટલે સાધનાના પંથ જુદા પડી જાય છે, સાધ્ય જુદું પડતું નથી.

યોગસંશોધન : ભારતની અપૂર્વ સિદ્ધિ

હવે શુદ્ધિકરણના પંથને તપનો મારગ કહીશું તો શું ભક્તિમાં તપ નથી હોતું? હોય જ છે. ભક્તિ કરશો, થશે તપ. કરશો પ્રેમ, થશે શુદ્ધિ. અહીં શુદ્ધિનો પુરુષાર્થ કરશો તો તેમાંથી ભક્તિ નીપજશે, પ્રીતિ પાંગરશે. હવે આ શુદ્ધિ કેવી રીતે કરશો? પહેલાં સ્થૂળની શુદ્ધિ કરવી પડશે. એને માટે હઠયોગથી વધારે સારો બીજો કોઈ રસ્તો આ દેશને કે દુનિયાને નથી મળ્યો. આજે દુનિયાના બધા શરીર તથા મનના વૈજ્ઞાનિકો મૂંઝાય છે કે આ દેશમાં હજારો વર્ષો પહેલાં આ યોગશાસ્ત્રનો, યોગવિજ્ઞાનનો વિકાસ કેવી રીતે થયો? એની સમગ્રતા, એની સમ્યક્તા, એનું ઊંડાણ (ગહરાઈ) જોઈ પશ્ચિમના વૈજ્ઞાનિકો મોંમાં આંગળાં નાખી દે છે. આના કરતાં વધારે સારી સમગ્ર કાયાની કોઈ વ્યાયામ પદ્ધતિ, શુદ્ધિકરણની પદ્ધતિ કોઈને મળતી નથી. એટલે તપને રસ્તે જવા ઇચ્છુક લોકો યોગશાસ્ત્રને સમજે. કોઈ બીજા-ત્રીજા મારફત નહીં, પોતે જ પ્રયત્ન કરીને એને સમજે.

પાતંજલ યોગશાસ્ત્ર સંસ્કૃતમાં છે. એની હિન્દી-ગુજરાતી-અંગ્રેજી ટીકાઓ પણ છે. સાધનાપાદ અને સમાધિપાદ પૂરાં

ના વાંચવા હોય તો ચાર પાદ તો જોઈ જ લેવાં. એમાંથી જેટલું સમજાય તેટલું નોટમાં લખી રાખવું. મુનિ પતંજલિએ જીવનનો કેટલા ઊંડાણપૂર્વક અભ્યાસ કર્યો છે તે વાત ધ્યાનમાં આવશે. પતંજલિએ મન અંગે જે કાંઈ કહ્યું છે તેનાથી આગળ પશ્ચિમનું મનોવિજ્ઞાન જઈ શક્તું નથી. હજી તો ત્યાં સુધી પણ પૂરું પહોંચી શક્યું નથી. હજી તો એમણે શોધવાનું, ખાંખાંખોળા કરવાનું, પા પા પગલી ભરવાનું કામ આરંભ્યું છે, પરંતુ યુરોપ-અમેરિકા પૂર્વ યુરોપીય દેશ સામે હારી ગયા છે. બલ્ગેરિયા, રુમાનિયા, આલ્બેનિયા, યુગોસ્લાવિયા, રશિયા યોગશાસ્ત્રને પકડીને બેઠા છે. યોગશાસ્ત્રનો શિક્ષણ સાથે સંબંધ, યોગશાસ્ત્રનો આરોગ્યની સાથે સંબંધ તેઓ જોડે છે. પશ્ચિમ જર્મનીએ થોડું થોડું પકડયું છે. સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ, હૉલેન્ડની ચિકિત્સા-પદ્ધતિમાં યોગનો વધારે ને વધારે ઉપયોગ વધારી રહ્યા છે.

પતંજલિ યોગશાસ્ત્ર જોઈ જાઓ !

તો જીવનને સમર્પિત કરી રહ્યા છો, તેમાં શુદ્ધિકરણના રસ્તે આગળ વધવું હોય તો તેમાં ઊંડા ઊતરવું પડશે. મહિના-સવા મહિનામાં જે ભાષાંતર મળે તેને વાંચી લેવું પડશે: આ શરીર શું છે, મજ્જાતંત્ર શું છે, પ્રાણતંત્ર શું છે, સ્નાયુતંત્ર, ગ્રંથિતંત્ર નાડીતંત્ર શું છે ? શરીરમાં કેટલા પ્રકારના અગ્નિ છે, કેટલા પ્રકારના પ્રાણ છે, આકાશ શું છે ? શરીરમાં પૃથ્વી તત્ત્વનું પ્રતિનિધિત્વ શું કરે છે, જળતત્ત્વનું પ્રતિનિધિત્વ કોણ કરે છે; અગ્નિ તત્ત્વ કેવી રીતે પ્રગટ થાય છે ? આ બધાંનું સામાન્ય જ્ઞાન મેળવી લેવું પડશે. રસોઈ કરવી હોય તો કેવળ ભાત રાંધવાનું

શીખી લેવાથી ના ચાલે. બધા પ્રકારની રસોઈ આવડી જાય પછી જ્યારે જે રાંધવું હોય તે રાંધી શકાય. એટલા માટે સમગ્રનું સામાન્ય જ્ઞાન અને પછી વિશેષનું વિશેષ જ્ઞાન મેળવવું પડશે. એટલે આટલી મારી સૂચના કે પહેલાં તો પતંજલિયોગનું સામાન્ય જ્ઞાન તમે પ્રાપ્ત કરી લેશો.

હવે તમે સૌ મારી પાસે નાની વયે તો આવ્યા નથી. તમે સૌ પુખ્ત ઉંમરે આવ્યા છો. પરંતુ માનવજન્મની ખૂબી જ એ છે કે સિત્તેર-એંસી વર્ષની વયે પણ એ શરૂ કરે તો પણ એ ક્યાંક ને ક્યાંક તો પહોંચે જ. જ્યાંનો ત્યાં અડીખમ તો એ ના જ અટકી રહે. એટલે આખા પુસ્તકમાંથી તમારે કામનું હોય તે ગ્રહણ કરો. હવે યોગ-શાસ્ત્ર ચોર્યાસી આસન બતાડે છે, તો તેમાંથી તમારે લાયક કયાં આસન છે તે તપાસી લેવું પડશે. શરીરની અવસ્થા, આધિ-વ્યાધિ જોઈ ચાર-છ આસન નક્કી કરી લેવાં પડશે. ચોર્યાસી આસન તો એ શીખશે, જેને યોગના શિક્ષક થવું છે, યોગમાં જેને Specialisation—પ્રાવીણ્ય મેળવવું છે અથવા તો હઠયોગી બનવું છે. તો તમારે લાયકનાં આસનો શોધી નક્કી કરી લેવાં, પછી તેને છોડવાં નહીં. આ આસનો હજારો વર્ષોની સાધનાથી પવિત્ર બનેલાં છે. એ આસન તપપૂત છે. લાખો લોકોએ તે કર્યાં અને એનાથી તેમણે શુદ્ધિ મેળવી. શરીરમાં મજ્જા, સ્નાયુ, ત્વચાનાં સાત પડ છે. એક બહાર દેખાય છે તે અને બીજાં છ અંદર છે. આ બધાંનું શુદ્ધિકરણ આસનોથી થશે. glandular, muscular અને cellular systemનું પણ શુદ્ધિકરણ થશે. પ્રાણાયામથી ત્વચા તથા નાડીતંત્રનું શુદ્ધિ-કરણ થશે. પ્રાણાયામના બધા પ્રકાર શીખવાની જરૂર નથી,

એ-ચાર પ્રકાર પૂરતા છે. પૂરક, કુંભક, રેચક પ્રકારો કયા છે તે જાણી લેવા જોઈએ. inhaling, retaining, exhaling—કોઈ પણ જાતના આંચકા વગર લયબદ્ધ શ્વાસ સહજતાપૂર્વક અંદર લેવો, અંદર એને ટકાવી રાખવાની શક્તિ વધારવી અને પછી મૃદુતાપૂર્વક એને વગર આંચકે બહાર કાઢવાનું શીખવું. 'अंतः कुंभक' ને જેટલો સમય અંદર રાખી શકાશે તેટલી વધુ શુદ્ધિ થશે. એ અંદર શુદ્ધિ કરતો રહેશે, કારણ કે તેમાં અગ્નિતત્ત્વ છે અને પછી એને બહાર કાઢવો. બહાર કાઢ્યો તો તરત બીજો શ્વાસ ના લેવો, કારણ કે તે 'बहिर् कुंभक' નો સમય છે. જેવી રીતે 'अंतः कुंभक' નો સમય વધારવાનો છે, તેવી રીતે 'बहिर् कुंभक' નો સમય પણ વધારવાનો છે. આટલી વાત આપણા મતલબની છે.

માર્ગદર્શન હેઠળ યોગ કરો.

નહીંતર ભસ્ત્રિકા (ધમણ પેઠે શ્વાસ લેવા કાઢવાની પ્રાણાયામની એક પ્રક્રિયા) કરવા જશો અને બંને નસકોરાંથી જોરજોરથી શ્વાસ લેશો તો અંદર ઘર્ષણ પેદા થઈ ગરમી પેદા થશે અને પછી અંદર internal haemorrhage (આંતરિક રક્તસ્રાવ) થઈ જાય. કેટલાક લોકો બસ્સો, ત્રણસો ભસ્ત્રિકા કરે છે, એમાંથી રોગ લાગુ પડી જાય છે. હવે આ ભાગીરથીબહેન અહીં આબૂમાં રહેતાં હતાં. મને કાંઈ કહ્યું-કારવ્યું નહીં અને મને ખબર નહીં, પણ દોઢસો-બસો સુધી એ જતાં રહ્યાં. હવે આટલી મોટી ઉંમર, ગૃહસ્થાશ્રમ જીવન જીવેલી બાઈ! ભસ્ત્રિકા કરતી વખતે દર સો ભસ્ત્રિકા કર્યા પછી દશ મિનિટે માખણ ખાવું જોઈએ. બાર-પંદર કે તીસ સુધી દૂધ પીવાથી ચાલ્યું જાય, પરંતુ પચાસથી વધારે

કરે તો અંદર ગરમી પેદા થાય છે, નસોમાં ઘર્ષણ પેદા થાય છે. તેમાંથી અલ્સર પણ થઈ શકે. એ બધું કાંઈ એમણે વિચાર્યું જ નહીં. ખબર નહીં, ક્યારે, કોણે એમના મગજમાં ધૂન ભરાવી દીધી કે એ જીદે ચઢી ગયાં. અમને તો ખબરે ના પડી અને ગરમી વધી ગઈ. ગરમી વધી એટલે એમને થયું કે હવે ઘી ખાવું જોઈએ. તો ઘીનું પ્રમાણ એકદમ એટલું વધારી મૂક્યું કે ભસ્ત્રિકાને કારણે નબળા પડી ગયેલા લિવર પર દબાણ આવ્યું અને એ ઘી પચાવી ના શક્યાં, પરિણામે સાંધા દુખવા લાગ્યા. હવે જુઓ, માણસ કેવું કરે છે! હવે સાંધા દુખવા લાગ્યા તો ગૂગળ ખાવો પડે અને ગૂગળ ખાય તો અંદરની ગરમી વધે. હવે મને આ કાંઈ સમજાય નહીં. ગજાનંદ વૈદ્યને પણ એમણે એવું કાંઈ કીધુંબીધું નહીં કે આટઆટલી ભસ્ત્રિકા તેઓ કરી રહ્યાં છે. મને પણ ખબર નહીં. મેં તો આબૂ આવીને પૂછ્યું કે કેમ આટલાં બધાં નબળાં લાગો છો? ચામડીનો રંગ એકદમ ઝાંખો રાખોડિયો થઈ ગયેલો. એક દિવસ જોતી રહી, બે દિવસ જોતી રહી. એમને તો થયું કે હવે યમરાજા દરવાજે આવી ગયા. હવે તમારા હાથે જ મૃત્યુને નોતરો તો કોઈ શું કરે? પણ પોતાની ઉંમરનો ખ્યાલ ના રાખ્યો કે આપણે સાઠે પહોંચી ગયા છીએ! એમની પાસેથી સાંભળ્યું કે ઘી લઉં છું તો આમ થાય છે ને ગૂગળ ખાઉં છું તો તેમ થાય છે, ત્યારે અચાનક મારા મનમાં સૂઝ્યું કે આ બહેન પ્રાણાયામ તો નથી કરતી ને? પૂછ્યું તો હા પાડી. ભસ્ત્રિકા વિષે પૂછ્યું તો જવાબ મળ્યો કે દોઢસો-બસો-ત્રણસો સુધી પહોંચી જાય છે. સાંભળીને મેં તો મારા માથે હાથ મૂકી દીધો! પૂછ્યું, "શું મરી જવું છે?

ભસ્ત્રિકા કર્યા પછી માખણ લેવું પડે. તે Lubrication કરે ત્યારે કાંતિ વધે, તેજ વધે. માવડી મારી! આજથી હવે આ ભસ્ત્રિકા બંધ કર. સાત દિવસ સુધી ખબરદાર, જો એનું નામ લીધું છે તો!" ઘી પણ લેવું હોય તો થીજેલું ઘી નહીં, એને પાતળું કરીને પાણીમાં લેવાનું, દૂધમાં પણ નહીં. પછી તો તમને શું કહું? ત્રણ દિવસમાં એમની તબિયત પાટા પર ચઢી ગઈ. એટલા માટે હું કહું છું કે આપણને કામની વાત જ લેવી. તમે કોઈ પણ વસ્તુમાં અતિ કરો અને પછી કહો કે 'બહેને કહ્યું હતું' કે 'પતંજલિએ કહ્યું હતું', તે નહીં ચાલે. અતિમાં ના જશો રે! પોતાના શરીરની મર્યાદા સંભાળીને જે કાંઈ કરવું હોય તે કરવું.

अति सर्वत्र वर्जयेत्

તમે કહેશો કે તમે તો આવું બધું કરેલું! પણ ભાઈ, ત્યારે તો હું નાની હતી. પાંચથી વીસ વર્ષ સુધીનો કાળ મારો સાધના કાળ હતો. એ શરીરની વધની ઉંમર હતી. એટલે પાગલ જેવા અવૈજ્ઞાનિક પ્રયોગો મેં ઘણા કર્યા, જેની થોડીઘણી કિંમત તો મારે આજે પણ ચૂકવવી પડે છે. પરંતુ વીસ-પચીસ સાલમાં તો એ પ્રયોગો મેં પૂરા કરી લીધા. ઘણા આડાઅવળા, ઉટપટાંગ પાગલ પ્રયોગો મેં કર્યા, પરંતુ એ મને ઝાઝું નુકસાન પહોંચાડી ના શક્યા. કારણ કે એ મારી વધની ઉંમર હતી. એટલે compensate થતું ગયું, પૂર્તિ થતી રહી. કહેવાનો સાર એટલો છે કે પ્રાણાયામમાં અતિરેક ના કરવો. બીજા એક ભાઈએ ત્રણ ચાર વર્ષ સુધી ત્રણસો ત્રણસો ભસ્ત્રિકાનો પ્રયોગ કરી ફેંફસાં એટલાં નબળાં પાડી

દીધેલાં કે કમરની ઉપરનો ભાગ પ્રમાણથી વધારે વધી ગયો, Dialation of the lungs જેવું થયું. અને અમને ખબર પડી ત્યારે ઘણું મોડું થઈ ગયું હતું. એમને માખણ કે ઘી ખાવાની વાતની પણ ખબર નહોતી, પરિણામે respiratory system was affected and one day he dropped dead. એટલા માટે મારે કહેવું પડે છે કે આવાં પ્રવચનો સંભળાવવા એ પણ એક જવાબદારીનું કામ છે. લહેર આવી, ભાવનામાં તણાઈ ગયા અને અતિરેક કરી બેઠા, તો એની જવાબદારી મારા ઉપર આવે છે. એટલા માટે સાધના અંગે બોલતી નથી. વ્યક્તિગત કોઈને થોડું ઘણું કહી દઉં છું. પરંતુ તમને કહેવાનો સમય એટલા માટે આવ્યો કે હવે કેવળ જ્ઞાનથી કે કેવળ સમજણથી તમારું કામ સધાઈ નથી રહ્યું. કેવળ સમજવાથી કામ સધાઈ જાય તો ઉત્કૃષ્ટ છે. પછી આ બંધામાં ઊતરવું નથી પડતું પરંતુ કામ ના સધાય તો ચાલો, શુદ્ધિ કરીએ. પણ તે પ્રમાણમાં કરો, મર્યાદામાં કરો તો એ પ્રાણાયામ આપણા કામના.

પૂરક, કુંભક અને રેચક એ પ્રાણાયામ સમજી લો અને એવા બાર પ્રાણાયામ કરો તો કામ થઈ જશે. તેનાથી વધારે શુદ્ધિકરણની જરૂર નથી. દીર્ઘ શ્વાસ, પ્રદીર્ઘ કુંભક અને મૃદુ ઉચ્છ્વાસ! નિશ્વાસ નહીં, ઉચ્છ્વાસ! આસનોથી સ્થૂળ શરીરની, સ્નાયુઓની શુદ્ધિ થશે અને પ્રાણાયામથી અગ્નિતત્ત્વની, પ્રાણતત્ત્વની, ત્વચાની શુદ્ધિ થશે. પ્રાણાયામ કરનારાની ચામડીનો રંગ બદલાવો જ જોઈએ, એમાં કોઈ પણ જાતની શ્યામલતા, મલિનતા રહી જ ના શકે. એમાં એક પ્રકારની તેજસ્વિતા આવે છે. ખેર, તો આ બે વાત

પતી. નાડીતંત્ર–પ્રાણતત્ત્વ, પ્રાણતંત્રની શુદ્ધિ માટે પ્રાણાયામ અને સ્થૂળ માટે આસન!

આહાર વિજ્ઞાનને સમજો

હવે અંદરની શુદ્ધિ માટે આહાર અને ઔષધિ. આહાર ઋતુ અનુસાર, અવસ્થા અનુસાર અને પોતપોતાની આર્થિક પરિસ્થિતિ અનુસાર રાખવો પડશે. ગરીબમાં ગરીબ માણસ પણ પોતાના શરીરની શુદ્ધિ સામાન્ય આહારથી રાખી શકે છે. ૧૯૭૮ની વાત છે. તો જેને તમે વિમલબહેન કહો છો તેમની ડાબી છાતીમાં ખાસ્સી મોટી ગાંઠ થઈ. ગાંઠનું નામ સાંભળી લોકો દોડી જશે ડૉક્ટરો પાસે. કેન્સર હશે ભાઈ, Biopsy કરાવો અને ધમાલ ધમાલ! મેં તો વૈદ્યને અમદાવાદ બોલાવ્યા. જ્ઞાનેશ્વરીનું પારાયણ શરૂ કરવાનું હતું. મેં કહ્યું, "બોલો ભાઈ, શું કહો છો?" તો કહે, "અમારા આયુર્વેદમાં 'કેન્સર' શબ્દ તો છે નહીં. છે આ કર્ક રોગ. અમે તો વાત, પિત્ત, કફ જાણીએ. એની વિષમતામાંથી રોગ પેદા થાય છે તેટલું જાણીએ." મેં એમને કહ્યું, "ચાલો ભાઈ, તમે ઉપચાર શરૂ કરો. પણ જુઓ ભાઈ, આ ભસ્મ-બસ્મ હું નહીં લઉં. હજાર રૂપિયે તોલો, બે હજાર રૂપિયે તોલો! હું કહું તો તો આ કલ્યાણભાઈ લાવીને હાજર કરી દેશે. પણ મારે એ લેવી નથી. મારી પાસે ઘણી અમીર વ્યક્તિઓ છે પણ સામાન્ય માણસ કેવી રીતે સાજો થાય, તે જોવું છે. તો તમે વનસ્પતિ ઔષધિ આપશો?" તો કહે, "હા, એ આપીશ." પછી એ ગયા. અને પછી મેં એક વૃક્ષનું પંચાંગ સેવન શરૂ કર્યું. એ વૃક્ષનાં જ ફૂલ, સિંગ, આંતર્છાલ અને મૂળિયાં. આજે હું મારા પોતાના અનુભવથી કહી શકું છું કે કોઈને

જો આવી તકલીફ હોય, જેમાં Milk glands બેસી ગઈ હોય તો એક વૃક્ષ છે, જેનાં પંચાંગ સેવનથી ગરીબમાં ગરીબ સ્ત્રીનો પણ ઉપચાર થઈ શકે છે. માસિક સ્રાવ બંધ થતી વખતે સ્ત્રીઓને તકલીફ થાય છે. તો તેવા વખતે ડૉક્ટર પાસે પહોંચી ગયા અને પછી આ કાપો ને તે કાપો, અને પછી ખબર નહીં, દવાખાનાં તો કસાઈખાનાં જેવાં થઈ ગયાં છે ! with all due apologies for doctors—હું આ કહી રહી છું. તો સામાન્યમાં સામાન્ય વ્યક્તિ પણ આ કરી શકે. અરે ! એની પાસે ભારે ભારે કીમતી દ્રવ્યો જખ મારે ! આહારમાં તમે ફણગાવેલા મગનું સેવન કરો. ચાર વર્ષથી હું એ લઉં છું. જે મેં નથી કર્યું, તે કરવા હું તમને નહીં કહું. Lowest starch and highest protein તમને મગમાં મળશે. દાળમાં નહીં મળે, મગમાં મળશે. એ જ રીતે ચણામાં પણ મળશે. પરંતુ પહાડ ઉપર સૌને ચણા માફક નથી આવતા. મને માફક ના આવ્યા. પ્રયોગ કરી જોયો. પણ કોઈકને માફક આવી શકે. તમારે Anti Septic, Anti biotic લેવું હોય તો તે છે મેથી. મેથીને ફણગાવીને લો. એલોપેથીમાં જેટલા પ્રકારના Antibiotics છે તેની બરાબરી મેથી કરી શકે છે. આ તો બે ત્રણ નમૂના તમને બતાવ્યા. ફણગાવવાથી અનાજની નુકસાન કરનારી ગરમી નીકળી જાય છે. કહેવાનો સાર એ છે કે યોગાભ્યાસ એટલે અમીરોનું કામ, આ વાત બરાબર નથી. ગરીબ અને મધ્યમ વર્ગના લોકો પણ તે કરી શકે તેમ છે. આહારશુદ્ધિ સાધવા માટે બે ત્રણ મહત્ત્વના નિયમો છે. એક તો, સૂર્યાસ્ત પછીનું ભોજન છોડી દો. સૂર્યાસ્ત પછી પાચનતંત્ર ઝાઝું કામ આપી શકતું નથી.

સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત સુધી એ કમળની જેમ ખીલે છે અને પચાવી શકે છે. પરંતુ સૂર્યાસ્ત પછી એ અંદર આહાર ગ્રહણ કરવા નથી ઈચ્છતું. રાત્રે જે કાંઈ આહાર લેવાય તે બધાને બોજ પડે છે. આંતરડાં પર, મૂત્રાશય પર, જઠર પર, હૃદય પર તેનો બોજ પડે છે. એટલા માટે પહેલો નિયમ આ કે રાત્રિ-ભોજન બંધ કરો. સૂર્યાસ્ત પછીનું મીઠું-મરચું-મસાલા તેલ જે કાંઈ લેવાશે તે બધાનું fermentation— આથો બનશે. અને પછી એ એવી ચરબી વધારશે, જેનું પચન નહીં થઈ શકે. સૂર્યાસ્તથી સૂર્યોદય સુધી શરીરમાં આ fermentation ની ક્રિયા ચાલે છે. સૂર્યાસ્ત પછી કોઈ પણ સંજોગોમાં ભોજન લેવું જ પડે તેમ હોય તો દૂધ લો. દૂધ મોંઘું પડે તેમ હોય અને લેવું જ પડે તેમ લાગે તો મગનું મીઠા વગરનું મોળું પાણી લો. તમને પૂરતું પોષણ મળી જશે. બીજો નિયમ એ કે દિવસે પણ જે ભોજન લો તેમાં આપણા શરીરમાં આથો લાવે તેવાં દ્રવ્યો ઓછામાં ઓછાં લો, જરૂર પૂરતાં જ ખાઓ. કાલે મેં કહ્યું હતું કે કારતક-માગશર-પોષ એ એ ત્રણ મહિનાઓમાં મીઠું-મરચું, ખાટું-ગળ્યું જે ખાવું હોય તે ખાઈ લો. દશેરા-દિવાળી પછી ઠંડીના દિવસોમાં તમારો ખાવાનો શોખ પૂરો કરી લો. ગરમીમાં મીઠા-મરચાવાળું ખાશો તો જુઠ્ઠી તરસ વધશે. એટલે fermentation ઓછું થાય તેવું ખાઓ. તીખું-ખારું-ખાટું સાવ છોડી દો તેમ નથી કહેતો, પણ જો ખટાશ ખાવી હોય તો આંબળાં ખાઓ, દાડમ ખાઓ, સુક્કાં આંબળાં કે એનું ચૂરણ ખાઓ. એ ચૂરણ પાણીમાં ભેળવી ચટણી જેવું બનાવીને ખાઓ. ખટાશ માટે એકદમ મધુર છે—'दधि–मधुरम्'. મોળું દહીં.

આમ, ઋતુ અનુસાર, અવસ્થા મુજબ, આર્થિક સ્થિતિ પ્રમાણે fermentation ન થાય તેવો આહાર દિવસે પણ લો. અનુભવસિદ્ધ એક રૂધુ સુચન કરું. જમતાં પહેલાંના અડધા કલાકે પાણી પીઓ અને જમ્યા બાદ એક કલાક પછી પાણી પીઓ. ભોજનની સાથોસાથ પાણી પીતા જાઓ અને જમતા જાઓ—આવું ન કરો તો સારું. એનાથી સ્નાયુ થોડાક ઢીલા પડે છે. The process of aging starts before you are already aged.

અંતઃશુદ્ધિ માટે નાદોપાસના

હવે અંતઃશુદ્ધિ માટે. સ્થૂળ પતી ગયું. હવે સૂક્ષ્મમાં આવું છું. અંતઃશુદ્ધિ માટે નાદ દ્વારા શુદ્ધિ. નાદ એટલે મંત્રયોગ. નાદથી શુદ્ધિ થશે. નાદમાં પણ અગ્નિતત્ત્વ અને વાયુતત્ત્વ છે. એટલે જપ રટવાથી, મંત્ર બોલવાથી પણ શુદ્ધિ થાય છે. તો પોતપોતાની ઇચ્છા મુજબ ૐકાર કે નૌકાર, કુરાનની આયતો કે બીજો કોઈ મંત્ર, જે કાંઈ તમારા સંસ્કારોને અનુરૂપ હોય તે વૈખરી વાણીથી જોરથી બોલવું. ૐકાર એ ખૂબ સુન્દર નાદ છે. એ કોઈ એક ધર્મનો નાદ નથી. એનાથી બહુ જલ્દી શુદ્ધિ થાય છે. તો 'ૐકાર' કહો કે 'નવકાર', 'અલ્લાહ' કહો કે 'રસુલ ઈલ્લાહ'. તો પાંચ-દશ મિનિટ એ નામ જપો તો આપણા કામ માટે એટલું બસ થઈ જશે. આનંદ આવે તો વીસ-એકવીશ મિનિટ. એનાથી વધવું નહીં, ગરમી વધે. એક કલાકના પ્રવચનમાં જે ગરમી વધે છે, તે ચાર માઈલ ચાલવામાં નથી વધતી. કારણ કે નાભિથી માંડીને મસ્તક સુધીની બધી નાડીઓમાં કલાક સુધી ઝણઝણાટી થયા કરે છે. બોલતી વખતે અને બોલ્યા પછી એક-બે કલાક એ

ચાલે છે. The heat is stimulated by the act of speech. આમ, શુદ્ધિકરણમાં મંત્રયોગ, નાદયોગ કામ આપે છે. હાથમાં તંબૂરો લઈને તમે 'ૐ ૐ' બોલ્યા કરો. હઠયોગ અને ત્યાર પછી આ નાદયોગ.

મંત્રજાપ પછી સેવાર્થે શ્રમકાર્ય

ત્યાર પછી એકાદ કલાક સુધી કાંઈક એવું કાર્ય કરો, જે સર્વથા બીજા માટે હોય, જેમાં તમને કશું મળવાનું ના હોય તેવું કાર્ય તમારી સર્વેન્દ્રિયોથી કરો. એને સેવા કહો, ઉત્પાદક શ્રમ કહો કે શ્રમદાન કહો. આ અમારી કુમીબહેન બે કલાક દવાખાને જઈને બેસે છે. ચાલીસ-પચાસ બાળકોને રેડક્રોસનું હોલેન્ડથી આવતું દૂધ બનાવીને પીવડાવે છે. આથી એમને શું મળે છે? ગરીબોને દવા પણ આપે છે. એમાંથી એમને કશું નથી મળવાનું. હવે મનુષ્ય આમાંથી પણ પ્રતિષ્ઠા મેળવવા માંગશે તો તે બંધાઈ જશે. આપવાના કર્મમાંથી લેવા માંગશો તો મેળવવાને બદલે આપવાનું થઈને ઊભું રહેશે. એટલે એવું દેવું જેમાંથી પાછું કશું લેવાનું ના હોય. પ્રતિષ્ઠા નહીં, નામ નહીં, કીર્તિ નહીં, કશું જ નહીં હોય ત્યારે તે કર્મ તમને શુદ્ધ કરશે. પરંતુ એ બે કલાકનો તમે વેપાર કરવા જશો, બદલામાં કીર્તિ-પ્રતિષ્ઠા પણ ઇચ્છશો તો વાત પતી ગઈ. The desire for fame or prestige or reward nullifies your doing it. પછી તો તેમાં તમને કષ્ટ પડશે, તે તમારું તપ નહીં થાય. તો જીવનમાં એકાદ કલાક એવું કાંઈ કામ કરો, જેમાંથી તમને કશું કદી મળવાનું ના હોય. આને લીધે, અહંકારને કારણે જે કાંઈ મેલ ભેગો થયો હશે તે બધો એ કર્મ દ્વારા ધોવાઈ જશે,

બીજું કોઈ કર્મ આ મેલને ધોઈ નહીં શકે. એ કર્મ સર્વેન્દ્રિયોને કામે લગાડશે. બગીચામાં કામ કરો, ખેતરમાં કામ કરો, બધી શક્તિ લગાડીને ગમે તે પરિશ્રમ કરો, જેમાંથી તમને કશું વળતર ના મળવાનું હોય.

શુદ્ધિ દ્વારા શક્તિસ્વરૂપ પરમાત્માની પ્રાપ્તિ

આ શુદ્ધિકરણનો વિષય એટલો સરસ છે! સ્વાધ્યાયથી પણ શુદ્ધિ થશે, કારણ કે એથી અજ્ઞાન જાય છે અને શુદ્ધ જ્ઞાન આવે છે. પરાર્થે કરેલાં કર્મ દ્વારા અહંકારની મલિનતા ઘટે છે. રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહે છે કે સોનાના લોટાને માંજવો નથી પડતો, પિત્તળના લોટાને રોજ માંજવો પડે છે. પંચમહાભૂતોની આ કાયાને રોજ ઘસવી જ જોઈએ. એ કરતાં કરતાં શરીર શુદ્ધ થશે, નાડીતંત્ર શુદ્ધ થશે, પાચનતંત્ર શુદ્ધ થશે. આહારશુદ્ધિને લીધે ધાતુસામ્ય નિર્માણ થશે અને મંત્ર–નાદ–યોગથી અંદરની શુદ્ધિ થશે. શુદ્ધ ચિત્તમાં આત્મસત્તા હોય જ છે. ભીતર પરમાત્મસત્તા બેઠેલી જ છે, તો શુદ્ધિની સાથોસાથ એ સત્તા આપોઆપ જાગૃત થશે, એને જગાડવી નહીં પડે. understanding–બોધ પોતાની મેળે આપોઆપ જાગૃત થશે. શુદ્ધિ જ માનવજીવનની શક્તિ છે. મેં કહ્યું હતું કે જે પરમાત્માને શક્તિરૂપે ગ્રહણ કરવા માંગે છે તે પોતાના શુદ્ધિકરણનું કામ કરે. જેમ જેમ શુદ્ધિકરણ થતું જશે, તેમ તેમ વિકારોને બદલે વિચારોની શક્તિ, વિચારોને બદલે જ્ઞાનની શક્તિ અને એમ આગળ ઉપર જ્ઞાનને બદલે બોધની શક્તિ જાગૃત થતી જશે.

[તા. ૨૦-૪-૮૧, માઉન્ટ આબૂ]

૨

અવધાનયોગની સહજાવસ્થા

જે લોકો પરમાત્માને વ્યક્તિરૂપમાં ગ્રહણ કરવા માંગે છે તે ભક્તિમાર્ગ, અને જે લોકો પરમાત્માને શક્તિરૂપે ગ્રહણ કરવા માંગે છે તે શુદ્ધિકરણ તથા યોગનો માર્ગ કેવી રીતે પકડી શકે છે તે અંગે આપણે વાત થઈ. સર્વસાધારણપણે વ્યક્તિરૂપે ગ્રહણ કરનારા ભકિતયોગ પર ચાલે છે અને શકિતરૂપે ગ્રહણ કરનારા તપ અને શુદ્ધિકરણના માર્ગે ચાલે છે. આ બંનેમાં કર્મ પ્રધાન છે અને જ્ઞાન ગૌણ છે.

સિદ્ધયોગનો પ્રચાર પૂરા ભારતદેશમાં

હવે આજે વાત થશે અવધાનયોગની, જેને સહજયોગ અથવા સહજાત્મકયોગ પણ કહી શકાય, સિદ્ધયોગ પણ કહી શકાય. ભારતવર્ષ એક વિશાળ દેશ છે. એક જ પંથ પર ચાલનારા ભિન્ન ભિન્ન પ્રદેશના લોકોએ એક જ માર્ગને

અનેક નામ દીધાં છે. સિદ્ધયેાગ એટલે કે સિદ્ધોનેા યેાગ. આ નામ કાશ્મીરથી માંડીને પંજાબ, સિંધમાં થઈને ઠેઠ સૌરાષ્ટ્રના ગિરનાર વિભાગ સુધી પહેાંચી ગયું છે, જે એમ માને છે કે જન્મથી બધું સિદ્ધ જ છે, માત્ર તે સિદ્ધાવસ્થાને જાણુતા નથી તે જાણુવા, પિછાણુવાનું જે યેાગશાસ્ત્ર છે તેને સિદ્ધયેાગ કહ્યો. આધુનિક યુગમાં એટલે કે છેલ્લાં સેા વર્ષમાં સિદ્ધયેાગના સૌથી મેાટા પ્રવકતા સિદ્ધ કલંદરશાહ સિંધક હતા. તેએા સિંધમાંથી કચ્છ આવ્યા અને કચ્છથી એમની પરંપરા ઊતરી આવી, જેમાં ભાણુ, મુરાર, રવિ, ખીમજી, જીવણદાસી વગેરેનેા સમાવેશ થાય છે. નાનકશા તથા કબીર દ્વારા આ સિદ્ધયેાગ પંજાબના બીજા વિભાગેામાં, ઉત્તરપ્રદેશ તથા રાજસ્થાન અને મધ્ય પ્રદેશના કેટલાક ભાગેામાં ફેલાયેા. કબીરે આને 'સહજ-યેાગ' કહ્યો. બંગાળ, બિહારમાં ફેલાતાં આ યેાગ 'સહજિયાપંથ' બની ગયેા. બંગાળ, મિથિલા અને નેપાળના કેટલાક ભાગેામાં 'સહજિયા પંથ'નું નામ મારા સાંભળવામાં આવ્યું. ભૂદાન આંદેાલન નિમિત્તે આખા ભારતમાં ઘૂમવાનું થયું ત્યારે ભારત વર્ષના આધ્યાત્મિક સાધનાપંથ કેટલા છે તેનેા અનાયાસ અભ્યાસ ભૂદાનકાળમાં કરતી રહી. આ સહજિયાપંથનેા રહસ્યવાદી ગણાતા બાઉલ લેાકેાનેા ખૂબ મેાટેા પંથ છે, જે બંગાળ, બિહાર, આસામ, અને નેપાળના દક્ષિણ વિભાગ તરાઈમાં છે—સહજિયા સિદ્ધયેાગ. મહારાષ્ટ્રમાં વૈષ્ણવ સંપ્રદાયના સંસ્થાપક જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે 'मधुराद्वैत' યેાગ કહ્યો. નાથ-પંથમાં એક બીજું પણ નામ ચાલે છે— 'अनुपाय योग', 'अनुत्तर-दशा-अनुपाय योग' એટલે કે જેમાં કેાઈ ઉપાય કે

પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી. આજકાલની આધુનિક ભાષામાં એને અવધાનયોગ કહે છે. આ અવધાન યોગ, Awareness નો યોગ ભારતમાં તેમ જ મધ્યપૂર્વના સૂફીમાં તથા ચીન-જાપાનના કેટલાક ભાગોમાં જૈન ધર્મ કે બૌદ્ધધર્મના નામે પ્રાચીનકાળથી પ્રચલિત છે. સનાતન પદ્ધતિઓનાં રૂપ બદલાય છે, સત્ત્વ નથી બદલાતું. એની અભિવ્યક્તિ, નિવેદન-નિરૂપણ કે પ્રતિપાદનની શૈલી બદલાય છે, સત્ત્વનું સ્વરૂપ નથી બદલાતું. તો આજે આ અવધાનયોગ કહો કે સહજ-યોગ, સહજાત્મક યોગ, સિદ્ધયોગ કે અનુપાયયોગ કહો, એના વિષે વાત કરીશું. દક્ષિણ ભારત અંગે કશું નથી કહ્યું કારણ કે દક્ષિણની ભાષા સાથે એટલો પરિચય નહીં હોવાથી ત્યાંના પ્રવાસ દરમ્યાન વિશેષ સંબંધમાં અવાયું નહીં. ફરવાનું થતું, ત્યારે થોડુંઘણું સમજાતું. ત્યાં વેદાંતનો અદ્વૈત માર્ગ ચાલ્યો. દક્ષિણમાં આની શાખા જરૂર હોવી જોઈએ. આનો થોડો રૂપાંતર પ્રત્યય 'વિદ્યાયોગ'માં છે, અભિનવ-ગુપ્તનો કાશ્મીરી શૈવદર્શનમાં છે. અને હું ધારું છું કે દક્ષિણમાં, ખાસ કરીને મૈસુર રાજ્યમાં દત્તની ઉપાસના ચાલે છે ત્યાં 'અવધૂતયોગ'ના નામે એ પ્રસિદ્ધ છે. પરંતુ આ મારું અધ્યયન નથી, કેવળ અવલોકન છે. અગાઉ જે છ–સાત નામ કહ્યાં તેની સાથે આને જોડશો નહીં. આને તો એક પેટા-વિભાગ જ સમજજો. પણ કર્ણાટકમાં 'અવધૂત-યોગ' ચાલે છે, તે કહેતાં કહેતાં યાદ આવી ગયું. તમે જેવી રીતે ઘરના બધાં ઓરડાને જાણો છો અને એકેએક ઓરડામાં કઈ વસ્તુ રાખી છે, તેનું વર્ણન કરી શકો છો, તેવી રીતે આખા ભારતમાં ફરવાનું થયેલ હોઈ આખો દેશ, બધા લોકો, બધી જાતિ, મારા આ દેહ કરતાંય મને વધુ વ્હાલાં છે. ભારે અદ્ભુત દેશ છે આપણો !

આપણું મૂળ સ્વરૂપ આત્મસ્વરૂપ છે

હવે આ જે અવધાનયોગ છે તે કહે છે કે જેવી રીતે પરમાત્મા સૌ કોઈમાં વ્યાપક છે, તેવી રીતે તે તમારા દેહમાં પણ વ્યાપ્ત છે. તમે પોતે આત્મા છો. જેવી રીતે કોઈ વસ્તુ પર કાંઈક વીંટાળેલું હોય, અથવા જેવી રીતે ફળ પર છાલ હોય છે તેવી રીતે આ દેહ એ પણ છાલ છે. તમે પોતે આત્મા જ છો. 'હું દેહ છું' તેમ માનવું એ અજ્ઞાન છે. 'હું દેહ છું' એવું માની લેવાથી દેહના દોષો સાથે તાદાત્મ્ય સધાય છે. મારો ક્રોધ, મારો વિજય, મારા દોષ—આ તો બધી દેહની નબળાઈઓ છે અને દેહ પ્રારબ્ધપ્રાપ્ત છે. એટલા માટે દેહના દોષો માટે તમે જવાબદાર નથી. કારણ કે તમારા પોતાના તો કોઈ દોષ હોઈ શકે નહીં, કારણ તમે છો આત્મસ્વરૂપ! તમે નિત્ય શુદ્ધ છો, બુદ્ધ છો, મુક્ત છો.

મોક્ષ છે નિજ શુદ્ધતા
સર્વ જીવ છે સિદ્ધ સમ
જે સમજે તે થાય

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે આ વાતને ભારે ઊંડાણપૂર્વક પકડી છે. જેવી રીતે જ્ઞાનેશ્વરે એનો મર્મ પકડી લીધો છે, તેવી રીતે જબરદસ્ત ઊંડાણપૂર્વક પકડી છે. બંનેએ પોતપોતાની રીતે પકડી છે. પરંતુ સહજાત્મક યોગના મહાન પ્રવક્તા શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર તાજેતરમાં જ ગુજરાતમાં થઈ ગયા. સહજાત્મક સ્વરૂપ, સિદ્ધાવસ્થાનું જ્ઞાન અને ભાન—આ બધું એમના આત્મસિદ્ધિશાસ્ત્રનાં વચનોમાં આવે છે. બીજાં વચનો તથા પત્રોમાં પણ મળે છે. શ્રીમદ્ રાજચંદ્રની માસ્ટર-કી મૌન છે. તેઓ કહે છે કે કર્મમાંથી મુક્તિ મળે

નહીં. કર્મ ભક્તિ તથા પ્રીતિ પ્રગટ કરવા માટે છે, શુદ્ધિ-કરણ માટે છે. કાલે આપણે બે પંથ જોયા હતા.

મુકામ એક : મારગ જુદા

જુઓ, એક વાત કહી દઉં. આ પંથો માટે મારા મનમાં કોઈ અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ ભાવ છે નહીં. સૌ સૌની પ્રકૃતિ મુજબનો સાધનાપથ હોય છે. મારા માટે બધા સમાન છે. કોઈ એક પંથનું વિશ્લેષણ તમારી પાસે મૂકું છું ત્યારે તમારું મન લલચાઈ જાય છે કે અરે! ભક્તિનો માર્ગ પકડું કે આ અવધાનયોગનો! આવી લાલચ મનમાં ઊભી ના કરશો. હું તો નિરૂપણ કરું છું માત્ર, એમાંથી તમને અનુકૂળ માર્ગ તમારે શોધી લેવાનો છે. આ જુદા જુદા પંથો Exclusive, એકમેવ માર્ગ નથી, overlapping હશે. એકમેકની છાયા એકબીજા ઉપર થોડી ઘણી આવી જતી હશે. બંનેના અંતિમ મુકામ એક જ છે અને બંનેની પરિણતિ પણ સત્યની ઉપલબ્ધિમાં થાય છે. સંસ્કાર-ભિન્નતાને કારણે સાધનની પદ્ધતિ બદલાઈ જાય છે. સંસ્કાર-ભિન્નતાને કારણે પ્રારંભ જુદા થઈ જાય છે.

તો જે પરમાત્મા છે, જેને God કે Divine કહો છો તે તમે જ છો. You are Divine. 'Divine Life'માં શ્રી અરવિન્દે આ જ વાત સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. તમે આત્મસ્વરૂપ છો એ વાતને સમજવાની છે. આટલું જો ના સમજાય તો એ સમજનો અભાવ, એ અજ્ઞાન એ દુઃખનું મૂળ બની જાય છે. સમજનો અભાવ અને અજ્ઞાન એ બંધન છે. સમજ એ જ મુક્તિ છે.

"જેહ સ્વરૂપ સમજ્યા વિના પામ્યું દુઃખ અનંત
સમજાવ્યું તે પદ નમું, શ્રી સદ્‌ગુરુ ભગવંત."

જે સ્વરૂપ હું જાણુતો નહોતો તે સ્વરૂપ મને સમજાવી દીધું. પોતાની પાસેથી કશું દીધું-કર્યું નહીં, કારણ, મને શું કામ કશું આપે ? મારામાં શેની કમી છે તે ? હું પોતે પણ એ જ હતો જે ગુરુ છે. સરસ મજાની વાત છે. આત્મ-સિદ્ધિની શાનદાર શરૂઆત કરી છે.

સાચી સમજણુ કેળવવી એ જ સાધના

સ્વરૂપનું અજ્ઞાન એ બંધન છે. હવે રાગ, દ્વેષ અને અજ્ઞાન આ ત્રણ ગ્રંથિ છે, જેને કારણે 'હું આત્મા છું' તે જાણુતો નથી. આ જ દુઃખ છે, આ જ બંધન છે. તો શું કરીશું ? જાણો ! બીજું શું ? બીજી કોઈ સાધના હોઈ શકે નહીં, સિવાય કે જાણો. સમજણુ એ જ સાધના છે. અજ્ઞાનનું નિરાકરણ જ સાધના થઈ ગઈ, બીજાં કોઈ બંધન કાપવાનાં છે નહીં. અજ્ઞાનને જ્ઞાન કાપશે. સ્વરૂપ સમજવાથી લાધશે. એટલે સ્વરૂપનું અવધાન, અનુસંધાન રાખો.

'स्वरूपानुसंधानम् भक्तिरीतिः ।'

પળભર માટે પણ સ્વરૂપનું અનુસંધાન તૂટે નહીં એને ભક્તિ કહેનારા નીકળ્યા. પહેલાં તો સ્વરૂપને સમજવું અને પછી તેનું અનુસંધાન રાખવું. અનુસંધાન રાખવા માટે જાગૃતિ રાખવી પડે છે, awareness રાખવી પડે છે. ક્યાં સુધી આ જાગૃતિ રાખવાની ? નિરંતર રાખવાની. હું આત્મા છું. આત્મા નિત્ય બુદ્ધ, શુદ્ધ છે તો બંધન નિપ-જાવનારો વ્યવહાર, રાગ પેદા કરનારો વ્યવહાર, દ્વેષનો વ્યવહાર મારા સ્વરૂપનો વિરોધી છે. એટલે સ્વરૂપાનુકૂળ વ્યવહાર કરતો રહું તો કોક દિવસે હું સ્વરૂપમાં જરૂર સ્થિર થઈ જઈ શકીશ.

સ્થળ-કાળ-નિરપેક્ષ અવધાનયેાગ

એટલા માટે આ સાધનામાં ભક્તિયેાગની સાધનાના જેવી સાધના નથી કે બે કલાક મૂર્તિ પાસે બેસું, પૂજા-અર્ચના કરું, ભજન-કીર્તન કરું કે વર્ષમાં બે મહિના તીર્થાટન કરું. આવી સ્થળ-કાળની સાપેક્ષ સાધના આમાં નથી. આમાં તેા ચેાવીસે કલાક કરવાનું છે! શું કરવાનું છે? પેાતાના સ્વરૂપનેા ચેાવીસે કલાક ખ્યાલ રાખવાનેા છે. 'स्वरूपसंस्मृति एव संपदा; स्वरूपविस्मृति एव विपदा।'—પેલું સંસ્કૃત વચન છે ને—विपद्‌विस्मरणं विष्णोः संपन्नारायण स्मृतिः। એને ઉલટાવીને કહી દીધું કે સ્વરૂપનું સ્મરણ એ જ સંપદા, સ્વરૂપનું વિસ્મરણ એ જ વિપદા. ગીતાજીના અઢારમાં અધ્યાયના અંતે અર્જુન કહે છે: नष्टोमोहः स्मृतिर्लब्धा। ગીતાના અઢારે અધ્યાય સાંભળીને છેવટે શું કહેવાયું?—મારેા મેાહ ગયેા અને હું કેાણ છું, આ જગત શું છે, એની સાથે મારેા સંબંધ શું છે એ બધું હું ભૂલી ગયેા હતેા, તેની સ્મૃતિ મને પાછી મળી; અને એટલે હવે હું "करिष्ये वचनम् तव—હવે હે વાસુદેવ! તમે જેમ કહેા છેા તેમ હું કરીશ." ત્યારે અર્જુનથી ભારે ચતુર એવા કૃષ્ણ કહે છે: "यथेच्छसि तथा कुरु—મેં તેા તને સમજાવી દીધું, હવે તારી મરજી મુજબ કર." ગુરુશિષ્ય-સંબંધનું મધુરતમ સ્વરૂપ આ કૃષ્ણાર્જુન-સંવાદમાં જોવા મળે છે.

સમજણ પછી તત્કાળ આચરણ

તેા અવધાનયેાગમાં સ્વરૂપને સમજવા સિવાયનેા બીજો કેાઈ પુરુષાર્થ કે ઉપાય છે નહીં. અને પછી જે સમજણ ઊગી તે મુજબ જીવવા માંડવાનું છે. ક્ષણ પણ ખેાયા

સિવાય મળેલી સમજને જીવવાની છે. વચમાં કાળ-દ્રવ્ય કે વિચાર સુધ્ધાં આવવો ન જોઈએ. ભય પણ વચમાં ન આવવા દેવો જોઈએ. જે ચીજ સમજાઈ, તેનું તત્ક્ષણ આચરણ એ જ પથ્ય છે. એટલા માટે તો આને 'અવધાનયોગ' કહ્યો. એમાં અવધાન રાખવાનું છે. Be aware of what you are, Be aware of your real nature, the essence of your being. ઈશુને આ અવધાન હતું, તેટલા માટે તો એ કહી શક્યા કે, "Father, Thou art in Heaven" પેલા દિવ્ય પિતાનો હું પુત્ર છું એ ભાન એ જ Rebirth છે. Father is reborn in the son. પિતાપુત્ર ભિન્ન નથી. એ સજાતીય છે. જોવામાં બે, પણ મૂળે એક. તો એમણે આ સંબંધ પિછાણી લીધો. આટલું સમજી લીધું તો ઈશુમાં કેટલી તાકાત આવી? ગાંધી 'રામ'ના થઈ ગયા તો એ મોહનદાસ કરમચંદ ગાંધી 'મહાત્મા ગાંધી' થઈ ગયા. એટલે અવધાનયોગમાં પહેલો પુરુષાર્થ કરવાનો છે—સ્વરૂપને સમજો અને બીજો પુરુષાર્થ છે તેને માટે અનુસંધાન રાખીને વ્યવહાર કરો. ત્રીજો પુરુષાર્થ છે સાધના.

સતત અનુસંધાન એ જ સાધના

કેવી રીતે કરશો આ સાધના? ક્યારે કરશો? ભાઈ, ઊઠતાં-બેસતાં, રોતાં-હસતાં, ખાતાં-પીતાં એક જ વાત યાદ રાખો :

'હું કોણ છું? ક્યાંથી થયો?
શું સ્વરૂપ છે મારું ખરું?
કોના સંબંધે વળગણાં
રાખું કે તે પરિહરું?'

આ વાતનો વિચાર શાંતભાવે વિવેકપૂર્વક થશે તો બધાં સિદ્ધાન્ત-તત્ત્વો અનુભવાશે. આ તો સાવ સીધી વાત છે, ગણિતની બાબત છે. સ્વરૂપ સમજવું, તેનું અનુસંધાન-અવધાન રાખવું અને તે પ્રમાણે પોતાની ઇંદ્રિયો મારફત વ્યવહાર કરાવવો— આટલો છે પુરુષાર્થ. ઇંદ્રિયોને લાડ-પ્યાર કરીને પટાવી–મનાવી અનુકૂળ વ્યવહાર માટે તૈયાર કરવી. વ્યવહાર કરવા માટે ઇંદ્રિયોની જરૂર તો પડશે. આંખ જોઈશે, નાક-કાન, જીભ જોઈશે, પગ જોઈશે. ઇંદ્રિયો કાંઈ આપણી દુશ્મન નથી. આત્મરતિનો આનંદ, સ્વરૂપ-સાક્ષાત્કારનો આનંદ, સહજાત્મક સ્વરૂપ પ્રગટ કરવાનો આનંદ ઇંદ્રિયો મારફત થવાનો છે. એટલે ઇંદ્રિયોને મનાવી, સમજાવી, પટાવી, લાડ-પ્યાર કરી એનો સહયોગ મેળવવો એ પુરુષાર્થ છે.

ભૂલનો બચાવ ના શોધશો

હવે આ સાધના નિર્વિઘ્ન થાય તે માટે એક વાતનું ધ્યાન રાખવું પડશે. માની લો કે તમારી સાધના ચાલુ છે. સત્સંગ દ્વારા કે સંતચરિત્રના અધ્યયન દ્વારા તમારા ધ્યાનમાં આટલી વાત આવી કે 'હું આત્મસ્વરૂપ છું;' એટલામાં તમને ક્રોધ આવ્યો અથવા તો ભોજન કરવા બેઠા અને થાળીમાં ભાતભાતની વાનગી આવી તો મન લલચાઈ ગયું. કોઈનું સારું મકાન કે કોઈનાં સારાં ઘરેણાં જોઈ 'મારી પાસે પણ આવું હોય' એવી લાલસા જાગી તેનું નામ લાલચ. જે પ્રાપ્ત નથી એ પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા જાગે તેનું નામ લાલચ. પ્રાપ્તનો રસપૂર્વક ઉપયોગ તે લાલચ નથી. તો ક્રોધ કે લાલચ થયાની જેવી સભાનતા આવે ત્યારે તેનો બચાવ ના કરવો. આ એક ભારે મોટો નિયમ કહો તો નિયમ, શિસ્ત કહો તો શિસ્ત જાળવવી પડશે. તે

સિવાય અવધાનયોગમાં કોઈ આગળ નહીં વધી શકે. પોતાની ભૂલોનો, દોષોનો બચાવ કે વકીલાત છોડી દેશો. આપણે આત્માર્થી કહેવડાવીએ છીએ, શ્રેયાર્થી કહેવડાવીએ છીએ, ઘરબાર છોડીને બેઠા છીએ, એવું ભાન થાય પછી પોતાના દોષોનો બચાવ ના કરવો જોઈએ. પરંતુ અહંકાર તેવું કરાવે છે. એ ભૂલનું પણ કોઈ સમર્થન, કોઈ કારણ, કોઈ દલીલ શોધી લાવે છે કે આવી આવી પરિસ્થિતિમાં આમ થયું. આને માટે જવાબદાર મારાં માબાપ છે, અથવા તો સમાજ છે. ભૂલની જવાબદારી, દોષનો ટોપલો એ બીજા પર નાંખી દેવા માંગે છે. અંદર તો પોતે સારી પેઠે સમજે છે કે ભૂલ પોતાની છે, પણ બુદ્ધિ વાપરીને પોતાને બચાવી લેવા ઇચ્છે છે. આવો બચાવ કરવાની ટેવ છોડી દેશો તો અવધાનયોગ ઝડપી બનશે. કારણ કે ભૂલો તો થાય છે. આ એક ભારે મોટો ક્રાંતિકારી માર્ગ છે. કર્મની મદદથી ભક્તિપંથ કે તપના મારગ પર ચાલવું સરખામણીમાં સહેલું છે. આ ઘણું મુશ્કેલ છે. કારણ કે આનો ન્યાયાધીશ બીજો કોઈ નહીં બની શકે. તમે પોતે જ કહી શકશો કે ભૂલ થઈ કે નહીં. આમાં સજા દેનારી કોઈ બીજી વ્યક્તિ નથી, તમે પોતે જ છો. તપ તથા શુદ્ધિકરણમાં હઠયોગમાં, મંત્રયોગમાં કે આહારમાં ક્યાંક ભૂલ કરી બેસશો તો તેની સજા શરીરને થશે. The law of nature punishes you if you commit a mistake in relation to diet, sleep or this or that. એમાં શરીરને સજા મળી જ જાય છે. પરંતુ અહીં જો તમે આત્માનુસંધાન ન રાખો તો કોણ તમને સજા કરવાનું છે?

તમારું અજ્ઞાન કાયમ રહેશે, એ જ એકમાત્ર સજા તમને થશે. જાણ્યા પછી પણ જીવનપરિવર્તન નથી થતું આ એક સજા છે. તમારો મોહ કાયમ રહે છે. તમને બહારથી કોઈ ટોકવા નહીં આવે કે અરે, તેં આ શું કર્યું ? તમે જ તમારા ગુરુ ને તમે જ તમારા ચેલા !

તમે જ તમારા ગુરુ !

એટલે એક જ વાત કરવાની રહે છે કે તમે જ તમારા શિક્ષક બનો. કોઈ ભૂલ ધ્યાનમાં આવી તો એનો બચાવ ના શોધશો. અંદર પ્રજ્ઞા બેઠેલી છે, સંવેદનશીલતા છે, ગુરુતત્ત્વ બેઠેલું છે, એના ધ્યાનમાં કોઈ દોષ નજરે ચઢે તો એવો બચાવ ના કરશો કે આવી ભૂલો થવી એ તો સ્વાભાવિક છે. બલ્કે ભૂલની વેદના થવી જોઈએ, વ્યથા જાગવી જોઈએ. એનું શૂળ હૃદયમાં ભોંકાવું જોઈએ. પરંતુ ભૂલની સાથે અહંકારનું તાદાત્મ્ય હોવાને લીધે ભૂલ ચીંધનાર વ્યક્તિ અળખામણી થઈ પડે છે. અરે, ક્યારેક તો ગુરુ પણ ભૂલ દેખાડે તો તે ગમતું નથી પહેલાં તો આવીને હાથ જોડી સમર્પણ કરશે, પણ જો ભૂલ દેખાડીશું તો કહેશે કે દીદી, આ કારણે થયું ને તે કારણે થયું. મતલબ કે તમે જે કાંઈ કહો છો તે ખોટું છે. આ સમર્પણ કહેવાય કે ? આ થઈ શરણાગતિ ? ગુરુને પ્રણામ કરો છો, પણ દોષ દેખાડવાનો પ્રસંગ આવ્યો ત્યારે વકીલાત કરીને ચુકાદો ટાળવા માગો છો. એટલે સમર્પણ, શરણાગતિ સહેલાં નથી ભાઈ ! શરણાગતિ પ્રભુની રાખો, વ્યક્તિની નહીં. કારણ કે વિનમ્રતાના તમે ગમે તેટલાં નાટક-અભિનય કરશો, પણ ભૂલ દેખાડશે ત્યારે તમારો અહંકાર ઘાયલ થશે, દુઃખી થશે; એ ફરિયાદ કરશે, રિસાઈ જશે, ક્રોધે ભરાશે.

અહંકારનો નાગ ભારે જબરો છે

આ બધી અનુભવની વાતો છે. પહેલાં થોડી નાદાની હતી તો કહી દેતી કે જો ભાઈ, તેં આ ભૂલ કરી! તો પછી ઉદાસીનતા, વિફલતા, કાયરતા.... શું કહું તમને! ઘાયલ અહંકારની ફેણુ નાગની ફેણુ જેવી ભયંકર દીઠી છે. અત્યારની વાત હું નથી કરી રહી. જૂની વાત છે. બાર વર્ષની હતી ત્યારે અમે એક 'स्वामी विवेकानंद मंडल' નામનું અધ્યાત્મ-મંડળ બનાવ્યું હતું. બાર વર્ષની ઉંમરથી આ ધ્યાન અને યોગ કરતી આવી છું. એટલે પુરાણી પાપી છું. એટલે મહેરબાની કરીને બંધબેસતી પાઘડી પોતાના શિરે ઓઢી ના લેશો. મારી જિન્દગીમાં હજારો લોકો આવી ગયા. ચાળીસ-ચાળીસ દેશોમાં ફરવાનું થયું. તમારી જેમ દેશેદેશમાં ઠેરઠેર સત્સંગી મંડળી બેસતી, તો હજારો વ્યક્તિઓ પાસેથી કાંઈ ને કાંઈ શીખવાનું મળ્યું. સત્સંગ આગ સાથે ખેલ જેવો છે. તેથી તો કહે છે—

दूर रहो भाई दूर रहो
इन्किलाबे आग है
खेल हम से मत करो
खेल ही के खेल में कहीं
जल उठे घरबार तेरा
इन्किलाबे आग है ।

એટલા માટે વ્યક્તિ ગમે તેટલી ઉત્કટ જિજ્ઞાસુ હોય તો પણ એના અહંકારરૂપી નાગની ફેણુ જ્યારે ભૂલ બતાવીએ છીએ ત્યારે છંછેડાઈ જાય છે. બાળપણમાં માબાપ દોષ દેખાડે તો તેમનાથી રિસાઈ જાય છે, પછી પોતાના સ્વાયત્ત ગુરુ પણ દોષ દેખાડે તો તે પણ ગમતું નથી. એટલા માટે

ભાઈ, તમે જ તમારા ગુરુ બનો અને જ્યારે તમારા દોષ ધ્યાનમાં આવે ત્યારે તેનો બચાવ નહીં કરો તો અવધાન-યોગમાં આગળ વધશો. Avoid self-defence and self-justification.

ઝટ સમજણ, પટ આચરણ

બીજી એક વાત. જે ચીજની તમને સમજણ પડી જાય, જે વાત તમને સમજાઈ જાય તેના અમલને આવતી કાલ પર ઠેલશો મા. જે કાંઈ સમજાયું, તરત એને આચરણમાં મૂકો. એનાં પરિણામોનાં લેખાંજોખાંમાં ના પડશો કે હું તે સહન કરી શકીશ કે નહીં! હિસાબ કરીને ના જીવશો. જિન્દગી વેપાર નથી. સોદાબાજી કરીને જીવવું હોય તો જાઓ સંસારમાં પાછા. જિન્દગીના સોદા સંસારીઓ માટે છે. કરો ત્યાં શાનદાર સોદાબાજી! સરસ મઝાના વાણિયા બનો. એમાં કળા છે, ચતુરાઈ છે, બધું જ છે. એવો સોદો કરો કે જેમાં તમને જરીકે ખોટ ના આવે. પરંતુ સાધના એ વેપાર નથી. અધ્યાત્મ એ સોદો નથી. એટલે પરિ-ણામોનાં લેખાંજોખાં સાધનામાં ના થાય. હા, ભોજન કેટલું કરું, પેટ કેટલું પચાવી શકશે, આ બધો હિસાબ સાચો. પણ હું તો અવધાનયોગની વાત કરું છું. તેમાં પરિણામોનો હિસાબ ના મંડાય. એમાં Calculating and then manipulating the results and then mani-pulating your behaviour to approximate the results—આ બધું ના ચાલે. અહીં તો બધું સહજભાવે થવા દો. અહીં સહજતાપૂર્વક વ્યવહાર થાય છે. એમાં સામે નબળાઈ દેખાશે તો તે પકડાશે, તેનું ભાન થશે. પોતાના વ્યવહારમાં તે દેખાઈ આવશે. એટલે—

'जो कल करे सेा आज कर ले।
जो आज करे सेा अब्र कर ले॥'

આ બંને વસ્તુ તરફ ધ્યાન રહેશે તેા જેટલી તમારી સમજ હશે તે સમજ પ્રમાણે જીવનમાં સહજતા આવશે, કૃત્રિમતા નહીં આવે. અધ્યાત્મ-જીવનનેા અભિનય ના થઈ શકે. સાધના એ નાટક નથી. ભક્તિ, શરણાગતિ કે મુક્તિનેા, સિદ્ધાવસ્થાનેા અભિનય થઈ જ ના શકે.

આગળ કહ્યું તેનું પુનરાવર્તન કરીએ : ભક્તિમાર્ગ

તેા પરમાત્માને વ્યક્તિગત ભાવે પૂજનાર પેાતાનું પ્રિય સ્વરૂપ સ્વીકારી લેશે. ભગવાન તમે જે રૂપ પસંદ કરશેા તે સ્વીકારી લેશે.

'कित मुरली, कित राधिका
कित गेापीयन के साथ।
तुलसी भक्त के कारन
कृष्ण भये रघुनाथ॥'

તુલસી રહ્યા રામભક્ત. આંખ બંધ કરી દીધી કે રામજી વગર હું કેાઈનાં દર્શન નહીં કરું. તુલસી કહેતા,

'तुलसी मस्तक तब नमे
जब धरेा धनुसर हाथ।'

તેા પછી—

'अपने जन के कारण
जदुनाथ बने रघुनाथ।'

આવું થઈ શકે છે ભક્તિમાં. એટલા માટે વ્યક્તિરૂપે પ્રભુને ઇચ્છેા તેા પૂજા, અર્ચન, તીર્થયાત્રા, સત્સંગ દ્વારા

અહંકારનું વિલોપન કરવાનું છે. અહંકારને ભૂલી જાઓ. 'હું તારો, હું તારો'—એમ રટતા રહો. 'મારું-મારું' ભૂલી જાઓ.

તપોમાર્ગ

ભક્તિનો રસ્તો માફક ના આવતો હોય અને ભગવાનને શક્તિરૂપે સ્વીકારવા માંગતા હો તો એ શક્તિ તમારામાં પ્રગટે તે માટે શુદ્ધિ કરો. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ બંને શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયા આપણે જોઈ લીધી. હું તપને હમેશાં શુદ્ધિકરણયોગ કહું છું. આ થયો બીજો રસ્તો.

અવધાનમાર્ગ

ત્રીજો રસ્તો છે અવધાનયોગનો. એમાં કરવાનું કશું નથી, જીવવાનું છે. એમાં કશું પ્રાપ્ત કરવાનું નથી, હોવાનું છે. સમજવાનું છે અને જીવવાનું છે, ચોવીસે કલાક જીવવાનું છે. આમાં ચોવીસે કલાક You are on duty. 24 hours on duty, alert on your toes. તમે જ તમારી જાતની ચોકીદારી રાખશો. તમે જ તમારો ખ્યાલ રાખશો, નિરીક્ષણ કરશો. તમે જ તમારી ભૂલ જોશો અને તમે જ તે ભૂલને સુધારશો. તો ચોવીસ કલાકનું કામ થઈ ગયું.

અહીં શક્તિને સિદ્ધ નથી કરવાની, પ્રગટ નથી કરવાની. અહીં કશું મેળવવાનું નથી. અહીં તો પેલા સહજાત્મક સ્વરૂપને પ્રગટ થવા આડે જે કાંઈ વિઘ્નો છે તેને હટાવવાનાં છે. ક્યાં છે એ વિઘ્નો? ત્રુટિઓ, ભૂલો, ખામીઓનો બચાવ અને જે કાંઈ સમજમાં આવે તેને અમલમાં મૂકવાની ઢીલાશ. આને કારણે નિજરૂપ પ્રગટ થતું નથી.

પ્રકૃતિ અનુસાર પંથ પકડો

સામાન્યતઃ ત્રણ પ્રકૃતિના લોકો જોવા મળે છે. જે ખૂબ ભાવનાશાળી હોય છે તેમને ભક્તિનો માર્ગ રુચે છે. ઘણા લોકો ઉત્કટ ભાવનાવાનં અને સૌમ્ય હોય છે તે લોકો ભલે ભક્તિમાર્ગ સ્વીકારે. પરંતુ કેટલાક લોકોમાં ઉત્કટતા છે, સાથોસાથ સ્વભાવની ઉગ્રતા છે. ગમે તેટલું ઘસતા રહો, પણ સંબંધોમાં એ ઉગ્રતા પ્રગટ થયા સિવાય રહેતી નથી. ડુંગળીને ગમે તેટલી બાફો તોય તેની ઉગ્રતા ક્યાં જશે ? લીમડાની કડવાશ ક્યાંથી દૂર થશે ? મેથી-કારેલાં કડવાં કેવી રીતે મટે ? છે, એમનો સ્વભાવ જ છે. મરચું તીખું છે તો તે તીખું જ રહેશે. આ પ્રમાણે કેટલાક સ્વભાવે જ ઉગ્ર છે તો તેમને હું કહું છું કે ચાલો ભાઈ, હઠયોગ કરો. શુદ્ધિકરણનો માર્ગ પકડો. પછી મંત્રયોગ, નાદયોગ, હઠયોગ. આહારમાં શું લેવું, શું ના લેવું, શું કરવું, શું ના કરવું—બસ, ચોવીસે કલાકની પ્રવૃત્તિ થઈ ગઈ. પણ એ બધું કર્મ 'शुद्धिप्रीत्यर्थे सर्वकर्माणि' થશે. એમાં શુદ્ધિકરણ માટે જે સંઘર્ષ, જે પુરુષાર્થ કરવો પડે છે તેમાં એમની ઉગ્રતાનો સદુપયોગ થઈ જાય છે.

હવે ઉત્કટતા છે પણ સાથોસાથ સૌમ્યતા છે. વળી બુદ્ધિનું પ્રાધાન્ય છે, ભાવનાનું ઐશ્વર્ય જેમનામાં ઓછું છે તેમને હું કહું છું કે ચાલો, અવધાનયોગ પકડો. એટલે જેવી તમારી પ્રકૃતિ. હૃદયસંપન્ન હો તો ભક્તિ કરો, બુદ્ધિસંપન્ન હો તો અવધાનયોગ પકડો અને રજોગુણી હો તો વચ્ચેનો જે તપમાર્ગ છે તે સ્વીકારી તપસ્વી બનો.

એટલે હવે એવું ના કહેતા કે અમારી આવી પ્રકૃતિ છે અને તેવી પ્રકૃતિ છે. તમારી પ્રકૃતિ અનુસાર માર્ગ

પકડો. બસ, પછી કોઈ ચિંતા નહીં ! પ્રભુ સહુ કોઈને મદદ કરે છે. તમે બરાબર મુકામે પહોંચશો. બધા માર્ગ પ્રભુના જગતના છે. મદદ એને કરવી જ પડશે. એ તો કહે છે ને—

अर्जुना आम्हां भक्तांचे व्यसन ।
भक्त आमुचे निज ध्यान ॥

'અર્જુન, મને તો ભક્તોનું વ્યસન છે. ભક્તોનું હું ધ્યાન ધરું છું.'

સૌને નમસ્કાર !

[તા. ૨૪-૪-૮૧, માઉન્ટ આબૂ]

શિવસંકલ્પસૂક્ત

शिवसंकल्पसूक्त

यज्जाग्रतो दूरमुदैति दैवं
तदु सुप्तस्य तथवेति ।
दूरंगमं ज्योतिषां ज्योतिरेकं
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

येन कर्माण्यपसो मनीषिणो
यज्ञे कृण्वंति विदयेषुधीराः ।
यदपूर्वं यक्षमंतः प्रजानां
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

यत्प्रज्ञानमुतचेतो धृतिश्च
यज्जोतिरंतरमृतं प्रजासु ।
यस्मान्नऋते किंचनकर्म क्रियते
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

येनेदं भूत भुवनं भविष्यत्
परिगृहीतममृतेन सर्वं ।
येन यज्ञस्तायते सप्तहोता
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

यस्मिन् ऋचः साम यजूंसि यस्मिन्
प्रतिष्ठिता रथनाभाविवाराः ।
यस्मिंश्चित्तं सर्वमोतं प्रजानां
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

सुषारथिरश्वा निवयन्मनुष्यान्
नेनीयते भीषुभिर्वाजिन इव ।
हृत्प्रतिष्ठं यदजिरं यविष्ठं
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

શિવસંકલ્પસૂક્ત

જે જાગ્રત પુરુષનું મન દૂર દેશમાં જાય છે, વળી તે જ પ્રમાણે સૂતેલાનું પણ દૂર જાય છે–પ્રકાશે છે, જે મન બહુ દૂર દૂર ગમન કરનારું જ્યોતિઓનું પણ એક મુખ્ય જ્યોતિ સમાન છે, તે મારું મન શુભ સંકલ્પ વિચારોવાળું થાઓ.

કર્મમાં નિષ્ઠાવાળા વિદ્વાન અને યજ્ઞવિધિમાં બુદ્ધિમાન પુરુષો જે મન વડે યજ્ઞમાં કર્માનુષ્ઠાન કરે છે, જે મન અપૂર્વ, પૂજ્ય અને પ્રાણીઓના હૃદયમાં વસેલું છે, તે મારું મન કલ્યાણમય વિચારો કરનારું થાઓ.

જે જ્ઞાનસ્વરૂપ, ચેતન અને ધૈર્યયુક્ત છે, વળી જે પ્રાણીઓના હૃદયમાં જ્યોતિ અને અમૃતરૂપે છે અને જેના અભાવે કોઈ પણ ક્રિયા કરી શકાતી નથી, તે મારું મન શુભ સંકલ્પયુક્ત થાઓ.

જે અમૃત સમાન મન વડે ત્રણે કાળનું સર્વજ્ઞાન ગ્રહણ–ધારણ કરી શકાય છે તથા જેના વડે સાત હોતાવાળો યજ્ઞ કરાય છે, તે મારું મન શુભ વિચારો કરનારું થાઓ.

રથના પૈડાની નાભિમાં સ્થિત આરાની પેઠે જેમાં ઋગ્વેદ, સામવેદ અને યજુર્વેદ પ્રતિષ્ઠિત છે અને જેમાં મનુષ્યનું સર્વપ્રકારનું જ્ઞાન પરોવાયેલું રહે છે, તે મારું મન શુભ સંકલ્પોવાળું થાઓ.

જેમ ચતુર સારથિ અશ્વોને લગામ વડે સુમાર્ગ પર દોરી જાય છે, તેમ જે મન મનુષ્યોને કાર્યો તરફ ખેંચી જાય છે, જે હૃદયમાં પ્રતિષ્ઠિત છે, જરા રહિત અને અત્યંત વેગવાળું છે, તે મારું મન પ્રભુમય વિચારો કરનારું થાઓ.



જે વ્યક્તિ પિતાનું અશુભથી પરિત્રાણ કરે છે તેને 'પુત્ર' કહે છે. મારી આત્મજા બનીને વિમલે મારા માટે કાંઈક આવું જ કર્યું. મારા જીવનમાં એ મારી તીર્થરૂપ મા અને જગદંબાના વરદાનરૂપે આવી. પંડિત જગન્નાથ માટે ગંગાજી એકેક પગથિયું ઉપર ચઢી, પરંતુ મારા જીવનમાં તો જાણે ગંગાજીની પાવનધારા સાવ અણધારી રીતે ઊતરી આવી.

દાદા ધર્માધિકારી



યજ્ઞ પ્રકાશન હુજરાતપાગા વડોદરા-૧